AKLAT NG PAGLULUTO

Hinañgò sa lalòng bantóg at dakilàng aklát ng̃
paglulutò sa gawîng Europa at sa Filipinas,
na kapuwà nasusulat sa wikàng kastilà,
at isinatagalog ng̃ boong katiyagâan ni

Rosendo Ignacio

IKALAWANG PAGKALIMBAG

MAYNILA, 1919.

IMPRENTA, LIBRERIA AT PAPELERIA
— NI —
J. MARTINEZ
P. Moraga 34-36, Tel. 5005 P. Calderón 108, Cabildo 253 Intramuros.-Tel.3283.

Aring tunay ng̃ *Imprenta at Libreria* ni J. MARTÍNEZ, at walâng makakapagpalimbág na sino man kung walá siyáng kapahintulután.

ILANG SALITA

Di ko minarapat na gamitan ang aklat na ito ng̃ mg̃a pili't masasarap na wika, sapagka't talos na marahil ng̃ mg̃a giliw kong mambabasa na di nababagay ang gayon, kundi ang lalong pinakamababa't magaang pang̃ung̃usap ng̃ sa ganitong paraa'y di maging mabigat sa mg̃a di pa sanay at bihasa sa bagong pananalita nitong ating bayan; lalong lalu na ng̃a, ang ating mg̃a tagapaglutò na waláng iniisip kundi ang tumuklas ng̃ sarisari't masasarap na lutuin, na dahil dito'y di sukat magampanan ang gawang magaral pa ng̃ makabagong *wikang tagalog.* Kaya dahil dito, di ako namamali marahil ng̃ ganitu kong adhikâ, at nais na maipahiwatig at maituro niyaring kapos kong pang̃ung̃usap ang makabuluhan sa pamumuhay at kailang̃an sa sino mang namamahay na aklat, na dili iba't ang ng̃ayo'y pinamamagatang "Aklát ng̃ Paglulutò"

Siño man banta ko'y naghahang̃ad ng̃ masasarap na pagkain sa lalong matipid na gugol, sapagka't, walang unang ligaya na tinatamo ang lahat ng̃ dito sa lupa'y nabubuhay, kundi ang tumanggap ang kanilang mg̃a sikmurà ng̃ ukol at wastong kabusugan. Subali't walang ibang daan na ikapagkakamit ng̃ ganitong hang̃arin at pang̃ang̃ailang̃an kundi ang tumuklas ng̃ sarisaring paraan ng̃ paglulutò na, sa aklát na ito'y siyang natititik. Di ko man ipahayag, ay alam na marahil ng̃ tanan na, kung ang isang pagkain ay lagi na sa araw-araw, ay nagbibigay suyà sa isang kumakain; at, walang ibang paraan upang ang ganito,y malunasan, kundi ang sa tuwi na'y pagbagubaguhin ang tinataglay na lasa, sa pamamagitan ng̃ iba't ibang kiyas ng̃ paglulutò.

Di lamang ang sakit ang pinagbubuhatan ng̃ kawalang pita ng̃ pagkain, kundi rin naman ang sa tuwi na'y di pagbabago ng̃ sangkap at luto ng̃ kinakain, upang magtaglay ng̃ iba't ibang lasa, na siyang madalas na kinasasanhian ng̃ malimit na pagkasuyà, di lamang ng̃ pihika't maselang na sikmurà ng̃ madlâ kundi ng̃ lahat ng̃ kinapal dito sa lupà ng̃ Poong si Bathalà.

Ang lahat, mayaman ma't mahirap maganda, ma't pangit, matanda ma't bata ay nang̃ang̃ailang̃an ng̃ masarap at malinis na pagkain, na siyang hinihing̃i ng̃ kanilang mahal na katawan upang lumawig at mabuhay ng̃ maligaya dito sa ibabaw ng̃ lupà. Ang táong di busóg ó di makakain, ay wala ng̃ tutoong napakahirap dito sa mundo; ibig mang gumawâ, ibig mang magaaral ó kaya'y maglibang ay di mangyari, sanhi sa nanghihina't nangyayagos na katawan

Magpakatapangtapang man ng̃ isang kawal, kung ang kaniyang sikmura'y di nalululanan ng̃ masasarap at makatas na pagkain, ay pilit maduduwag, sapagka't unang daranasin ang gútom at panghihina ng̃ katawan, kay sa katakutan sa kaniyang kaaway.

Walang kaunaunahang pitahin ang sarili, kundi ang busugin ang tiyan; maiiwasan ang pananamit, ang mg̃a hiyas, ang maririkit na tabanan, sa biglang sabi‘y ang lahat; ng̃uni‘t ang gawang kumai‘y kailan man. Ang sino mang gutóm tuwi na‘y malungkot, bugnót at walang siglá, at napapawi tuloy ang kimkim na hiyâ, kaya‘t naiisip ang gawang magnakaw, magdayà, manubà at pumatay ng̃ kapuwà, may ikasunod lamang sa hinihing̃i ng̃ sikmurà na dili iba‘t ang pagkain.

Ang aklat na ito mg̃a pinakaiirog kong mambabasa, ang siyang kinadoroonan ng̃ lahat ng̃ ikaaniyo ng̃ pita at hang̃arin sa gawang paglulutò, sapagka‘t dito natititik ang mg̃a sarisaring pagpapasarap ng̃ mg̃a pagkain sa lalong matipid na gugol, na siyang unaunang kailang̃an ng̃ lahat ng̃ dito sa lupa‘y nabubuhay.

Ang aklat na ito muli kong inuulit, ang siyang nagtuturò ng̃ masarap, matipid at malinis na paglulutò, at dito rin naman mababasa at matutunghan ang iba‘t ibang kiyas ng̃ lutuin, di lamang ng̃ sa sariling bayan kundi ng̃ sa lalung taniyag at mg̃a dakilang bansá sa sansinukob; kaya ng̃a boong galák niyaring pusong sa iniyo‘y inihahandog, lalung lalu na ng̃a doon sa mg̃a mawilihi‘t mahilig sa gawang paglulutò, yaring kaunting nakaya ng̃ upang ang ganito‘y maging isang tulong at kagaanan kung sakali sa dakilang mithî, mithî na ikauunlad at ikapagkakapuri ng̃ ating bayan sa dunong ng̃ paglulutò

Ang iniyong lingkod.

R. I. S.

AKLÁT NG̃ PAGLULUTO

Unang Pangkat

Paraan ng̃ pagkilala ng̃ katayuan ng̃ mg̃a kakasangkapanin sa paglulutò kung sariwà ó bulók.

Lamán ng̃ baka

Ang sariwang lamán ng̃ baka ay nagtataglay ng̃ mapulang kulay: ang tabâ ay manilaw nilaw, malambot at makintáb; matibay ang laman at di napupunit ó namumugmog sa durò ó kurót ng̃ daliri; ang nang̃ing̃itim at maputlang kulay, ay tandang nagpapakilala ng̃ pagkabulok; ang bató ng̃ baka ay nararapat magkaroon ng̃ mapulang kulay at walang bahid dung̃is na mang̃itimng̃itim. Ang babayeng bulô ng̃ baka ay nararapat magtaglay ng̃ lamáng maputi at malinaw; kaiing̃at tuwi na sa nagkakaroon ng̃ namumutlang kulay at walang sebo ó na ang bató ay nababalot ng̃ tabang mamulamula.

Ang sariwa't mabuting laman ng̃ tupang

lalaki ay nagdudulot nḡ kaisang uri nḡ sa baka, ang mḡa litid ay malalambot at ang sebo ay malinaw at napakaputi; kapag ang laman nito ay bulok na, ang taba ay madilaw na mapusiyaw at dunḡisan at ang laman ay nanḡinḡitim.

Laman nḡ mḡa may pakpak ó aves.

Ang laman nḡ mḡa hayop na ito ay nararapat lumambot, at kinakailanḡan ang maraming inḡat nḡ pagbili.

Ang mḡa sisiw upang mapagkilalang sariwa, ay nararapat magtaglay nḡ liig at mḡa paang matigas; kung matanda na ang hayop na ito, ang laman nḡ mḡa hita ay nagpapamalas nḡ bahagiyang kulay murado; ang mḡa pakpak at paypay ay malalambot at nahuhutok. Kailan ma'y di dapat gagamit nḡ matandang manok sa pagluluto, kahima't ang paniwala nḡ madlâ ay masarap at malasa sa sabaw.

Di dapat bibili nḡ mḡa pabo na may mahahabang balahibo at ang laman nḡ hita'y nagkukulay murado. Gayon din ang mḡa gansa ay nararapat magtaglay nḡ tabang madilaw at napakalinaw na kulay. Ang mḡa kalapati ay masarap kapag ang kulay nḡ mḡa pitso ay mapulang nanglilinaw; ito'y untiunting umiitim kailan ma't tumatanda ang hayop na ito.

Mg̃a isdá

Ang sariwang isdá ay madaling makikilala: mapula ang kulay ng̃ hasang, maligat ang laman at maniningning ang mg̃a mata. Huwag katitiwala sa amoy lamang na tinataglay, sapagka't sa pamamagitan ng̃ yelo ay napapaparam ang mabahong amoy ng̃ pagkabilasâ, kinakailang̃an sa ganito'y sasalating maigi ang laman, kapag malatà at ang mg̃a daliri'y bumabaon at nababakas ay huwag bibilhin at tanda ng̃ pagkabilasá.

Mantikà, aceite, suka at itlog

Ang lahat ng̃ ito'y bago gagamitin sa pagkain ay kinakailang̃ang siyasating maigi, sapagka't ang kadalasang pinagmumulan ng̃ masamang lasa ng̃ mg̃a lutuin ay sa mg̃a di linang at piling kinakasangkap.

(a) Ang mabuting kiyas na mantika ay madaling mapagkikilala: masarap at mabang̃o ang amoy, malinamnam ang lasa at di gaanong nagtutulog, maliban lamang kung ang panaho'y tutoong malamig; ang walang amoy at matutuluging mantika ay di nararapat kakasangkapanin sa pagluluto, sapagka't ito ang siyang pagbubuhatan ng̃ kasamaang lasa ng̃ pagkain.

(b) Ang mababang uri at may halò ng̃ aceite, ay pinagmumulan din ng̃ katuwang.

lasa ng̃ mg̃a nilulutò, kaya kinakailang̃an ang lĩnang at walang halo, ng̃ upang sumarap ang mg̃a pagkain.

(c) Ang sukà ay nararapat magtaglay ng̃ maasim na lasa, sapagka't di mabuting kasangkapanin sa mg̃a lutuin ó sa pagsasangkutsa ang matabang.

Ang maasim na sukà'y madaling makikilala kahima't di tikman: mang̃itimng̃itim ang kulay, masangsang ang amoy at kung malagay sa puting bote ay may nagliligidligid na animo'y mg̃a uod na maliliit sa gilid.

(d) Gayon din ang itlog ay kinakailang̃an ang boong ing̃at ng̃ pagbili.

Ang mahusay at di bugok na itlog ay madaling makikilala kung silawin: maliwanag at malinaw. Bago gagamitin ang itlog ó ihahalò sa anomang ilulutò ay isa isang babasagin muna at ilalagay sa isang pinggan at sisiyasating mabuti; kapag ang burok ay may bahid na dugô at ang klaro'y malabnaw na parang tubig ay tandang nagpapakilala ng̃ kabugukan at di dapat ihalò sa anomang ilulutò.

Mg̃a gulay

Ang paggamit nito ay tutoong makabuluhan sa paglulutò, sapagka't siyang nagdudulot ng̃ iba't ibang lasa ng̃ mg̃a lutuin; anopa't kaiing̃at ng̃ paggamit at pagpili ng̃ mg̃a kinakasangkap na ito.

Kailan ma'y di dapat gagamit ng̃ mg̃a gulay na lanta at magugulang sapagka't di nagbibigay ng̃ malinamnam na lasa, maliban lamang kung mg̃a bung̃a ó butó ang siyang isasangkap, sa ganitong paraa'y nararapat ang magulang at pitas sa panahon.

Ang mg̃a petsay, letsuga, labanos, repolio, bataw setaw, sigarilias, upo, talong, patola, sitsaro, abitsuelas at iba pang kahugis, ay kinakailang̃an ang murà kung kakasangkapin, sapagka't kung magulang ay mayapa at di makakain.

Ang kabuti ay kinakailang̃an ang boong ing̃at ng̃ pagbili ó paghahalò sapagka't ito'y may nakamamatay; ang mg̃a tumutubo sa pook na marumi at ang tuktok ay may butibutil na animo'y binilid, ay di dapat kakanin ó kaya'y bíbilhin sapagka't ito'y lason at nakamamatay. Ang masarap at di lason, ay yaong tumutubò sa mg̃a lugar na malilinis at walang anomang bahid ó butlig butlig na tinataglay. Lar. 1.

Ikalawang Pangkat

Paraan ng̃ paghiwà, pagputol at pagaalis ng̃ buto.

Rosbif

Ang paghiwà nito'y kailan ma'y di ginagawâ sa kusinaan kundi sa mesa ó dulang na pinaghahandaan at lalong mabuti'y sa oras nḡ pagdudulot, sapagka't nḡ sa ganitong paraa'y huwag mawalâ at lumipas ang sarap at lasang tinataglay. Sa dalawang paraan magagawa ang pagputol nḡ lutuing ito: puputulin nḡ ayón sa lomo ó kundi kaya sa tinutunton nḡ hilatsa ó kilabot nḡ laman.

Sa unang paraan, ang gagawi'y ilalagay ang lapang na laman sa ayos na ipinakikilala nḡ lar. 2, at pagkatapos ay paghihiwahiwain nḡ paputol sa nipis na ibigin; dapat pagsikapan na sa bawa't hiwa'y masamahan nḡ katiting na bahagi nḡ tabâ; at bubusan matapos mailagay na maayos sa bandehado nḡ kaunting mantikang lumalabas.

Kung panḡalawang paraan ang siyang susundin, ay pipihitin nḡ bahagiyâ ang ros bif at saka hihiwain nḡ paputol at manipis at pababayaang masamahan ang bawa't putol nḡ kalahating dami nḡ tabâ at bubusan nḡ mantikang lumalabas ang hiwang nabanggit.

Balakang nḡ baka

Pagkaihaw ó adobo nḡ bahaging ito nḡ lamang nḡ baka ay hihiwaing madali na gaya nḡ itinuturo nḡ lar. 3.

Pagkatapos mahiwà nḡ gaya nḡ nabanggit ay pagpuputulputulin nḡ katatagang kapal, bago pagsusugpunḡin muli at bubuuin ang hugis. Pagkatapos ay bubusan ang pagitan ng̃ bawa't putol ng̃ lumabas na mantikà at ang salsa ay bukod na ilalagay.

Balakang sa itaas ng̃ bulong baka

Nang unang dako ay ang bahaging ito'y hinihiwà ng̃ kahit na paanong hugis na tinutunton ang tinatakbuhan ng̃ mg̃a tadiyang ng̃ upang ang bawa't putol ay magtaglay ng̃ kapirasong laman at bató Datapuwa't sa ng̃ayo'y kakaiba; pinaghihiualay ang lamang may buto at ang bato: ito'y hinihiwang bukod sa laman ng̃ balakang bago isinasama kapuwà sa mg̃a pinaghiwahiwang pahabâ na laman, matapos mapagliitliit.

Balakáng na ibabá

Ito'y mangyayaring magamit ng̃ mayroon ô walang batong taglay.

Puputulin kahit na sa bahaging kalamnan ó kun dili kaya'y pahabang malapad, tutuntunin ang tinatakbuhan ng̃ mg̃a buto. Kung isasama ang bato, ito'y ihihiwalay at pipirasuhing bukod ng̃ maliliit at pahabâ.

Dibdib ng̃ baka

Puputuling pahabâ sa kinababakasan ng̃ buto at sa bawa't hiwà ay sasamahan ng̃ butong nauukol.

Pigi at puwitan

Aalisin ang mğa buto, litid at ang tabang lumalabis pagkatapos ay hihiwain nğ pahabang malapad at manipis na di masisira at mapupunit ang nasabing híwà. Pagsisikapan na ang bawa't hiwà ay magkaroon nğ kapirasong tabâ.

Ulo nğ bakang bulô

Ang nalalaang magaayos at humiwa nito'y kinakailanğan ang maliksi at malinis gumawa; paghihiwalayin nğ boong kapara-anan ang mğa bahaging kinakain at pag-iingatan nğ boong sikap ang tinataglay na hugis sampu nğ pagaalis nğ mğa buto. Ang pinakamahalaga't masarap na bahagi nğ alin mang ulo ay ang mğa pilipisan, ang lamang malapit sa mğa mata, ang mğa tainğa, ang mğa pisnği at sa kahulihuliha'y ang dilà.

Upang masunduan at maisagawa ang paraan nğ lahat nğ putol na kinakailanğan ay nararapat bahagihin nğ kagaya nğ itinuturo nğ lar. 4.

Pagaalis nğ mğa buto nğ may pakpak

Matapos mahimulmulan at masalab ang mğa natitirang balahibo, at malinis na mabuti ang isang manok ó pabo, ay puputuling mauna ang gawing ulo at ang mg̃a paa. Pasisimulang hiwain at biyakin dahandahan ng̃ matalim na kampit ang kahabaan ng̃ likod at babatakin unti-unti ang mg̃a butó sa magkabilang tagiliran, anopa't pagiing̃atang huwag mapunit ang balat; isusunod pagkaraan nitong hihiwaan ang gawing kilikili at kukunin ang sugpung̃ang buto ng̃ mg̃a pakpak hanggang umabot sa dakong dibdib; ang hita, upang makuha ang taglay na mahabang buto ng̃ boong liksi, ay kinakailang̃ang linsarin dahandahan sa dakong sing̃it ng̃ sugpung̃an at saka palulusutin sa tuhod ó sa gawing balakang.

Upang makuhang mahusay ang buto ng̃ gulugod ay kinakailang̃ang hiwaan sa bandang ibaba ng̃ puno ng̃ tulatod at doon pararaanin sampu ng̃ iba pang butong natitira sa katawan. Lar. 5.

Ikatlong Pangkat

Puré, salsa at ensalada

Puré (1) de lentejas

Kukuha ng̃ isang librang patani, lalabugin na may kasamang sibuyas, bawang at perehil at sasalain, pagkatapos ay bubusan nḡ káunting sabaw: maglalagay sa isang supera nḡ minantikaang tinapay na pinirasong máliliit at binasá nḡ tubig na may asin at bubusan nḡ sabaw na ito.

---

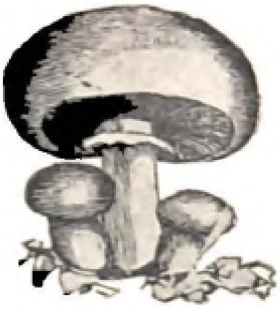
(1) Puré: mg̃a nilabog na gulay ó laman na ginagawang parang palabok ó pangbanto sa salsa.

Salsa rubia con cebolla

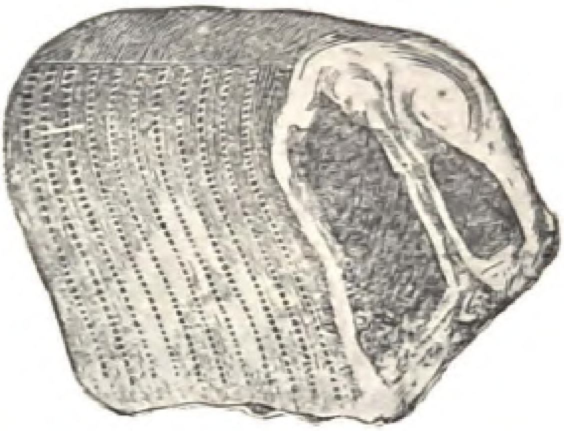
Maghihiwà nḡ sibuyas at igigisa sa mantikà at kapag nagkakaroon na nḡ mainam na kulay ay sasamahan nḡ harena at hahaluing mabuti, hanggang magkaroon nḡ mapulang kulay; bubusan nḡ sabaw, lalagiyan nḡ asin at pipigaan nḡ katas nḡ dayap.

Salsa Jerónina

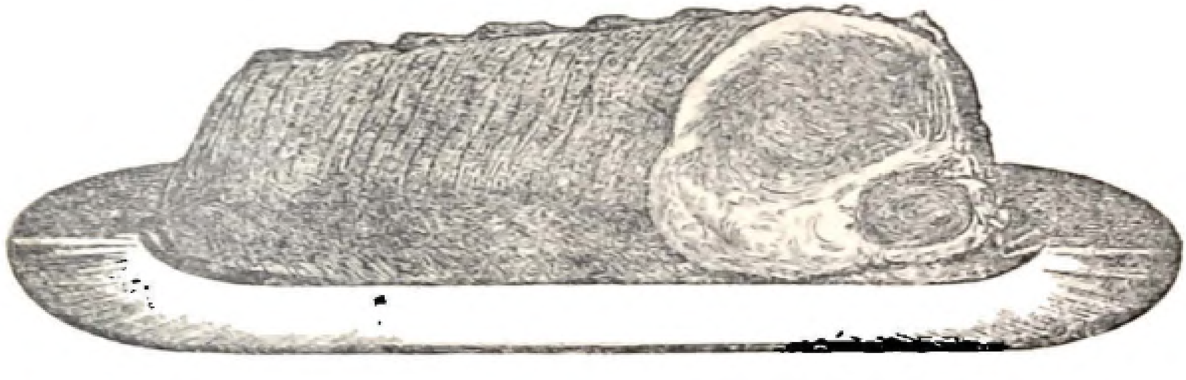
Magtutunaw nḡ 175 gramong mantikà sa isang kasirola; hahaluan nḡ kaunting harena at 100 gramong hilaw na hamón na pinagputulputul nḡ maliliit. Nararapat lutuin ang harena sa loob nḡ sampung minuto sa katatagang init, hahaluing panay at huwag babayaang magkakulay; hahanḡuin sa apoy at hahaluan nḡ unti unti nḡ gatas na mainit, anopa't pag iinḡatang makulti, at pababayaang ang salsa ay magkaroon nḡ katatagang lapot. Matapos mapakulong muli ay hahanḡuin sa isang tabi nḡ kalan at lalagiyan nḡ isang sanḡang perehil at isang dahong laurel at ilang butil na paminta at sibuyas na pili. Makaraan ito ay muling isasalang sa apoy at pakukuluin sa loob



Larawang (I) Aniyo ng̃ kabuting kinakain.



Larawang (II)



Mg̃a larawang (II) Aniyo ng̃ mg̃a *Rosbif,* ayon sa dalawang kaparaanan ng̃ paghiwà.

nḡ dalawanpung minuto; pagkatapos ay sasalain sa ibang kasirola at pamuling gagatunḡan at hahaluing madalas at saka ibubuhos unti unti ang ilang kutsarang latak nḡ gatas ó *crema cruda.* Kapag ang salsang ito'y malaput na at masarap na ang lasa ay saka hahanḡuin at palalamigin.

Salsa á la mayonesa

Maglalagay sa isang kasirola nḡ tatlo ó apat na burok nḡ itlog na hilaw, babatihin nḡ sandok; hahaluan nḡ kaunting mostasang ligis at asin; ibubuhos ang tatlong desilitrong aceiting linang, nḡuni't dahandahan at di pababayaang di haluin; pagkatapos ay papatakan manakanaka nḡ ilang patak nḡ katas nḡ dayap ó suka upang mamuo ang halo; hahayaang apuyan hanggang lumapot Masasangkapan kung ibig nḡ kaunting perehil ó estragón picado.

Salsa piçante

Magtatadtad nḡ tatlo ó apat na *escaluñas* ó kung dili kaya'y sibuyas, ilalagay sa isang kasirola na may apat ó limang kutsarang sukà; pakukuluin hanggang sa matuyo halos ang pinakatubig; hahaluan pagkatapos nḡ apat ó limang desilitrong sabaw, at sa kahulihulihan ay lalagiyan nḡ isang pirasong *gelatina* at ilang patak na arnibal upang magkaroon ng̃ nababagay na kulay, at hahaluan ng̃ katiting na *rojo* (1) ó kun dili kaya, ng̃ kaunting harenang nilunaw. Babayaang maluto sa loob ng̃ labinlimang minuto sa init ng̃ baga; aalisan ng̃ linab at lalagiyan ng̃ kaunting paminta at isang dampot ng̃ tinadtad na perehil.

Salsa holandesa

Magbubuhos sa isang kasirola ng̃ apat ó limang kutsarang sukà na mabuting klase; hahaluan ng̃ ilang butil na paminta; hahayaang matuyo at matira lamang ang kalahati ng̃ dami, at huwag babayaang lumamig; lalagiyan ng̃ apat na burok ng̃ itlog, hahaluin at sasamahan ng̃ 150 gramong *mantequilla* na mabuting uri, asin at katiting na *nuez moscada*. Pagkalagay ng̃ kasirola sa apoy na katatagan, ay hahaluing walang pahing̃a ang nilulutò, hanggang lumapot na animo'y *crema;* hahang̃uing biglá at isasalin sa ibang kasirola na ipapatong sa ibabaw ng̃ tatsong may kaunting tubig, at babayaan sa isang tabi ng̃ baga; hahaluing maigi ang salsa ng̃ isang sandok ng̃ upang huwag bumula at maminsan minsang bubusan ng̃ mantikà hanggang maubos ang 100 ó 125 gramo Kapag ang salsa ay malapot na at nagpapamalas ng̃ mainam na aniyô, ay ibubuhos sa *salsera* (1) upang maidulot sa mḡa panaohin.

---

(1) Rojo: Ito'y ipinang̃ung̃ulay sa sabaw, gayà ng̃ atsuete, paminton at ibp.

Salsa de pan ó inglesa

Maglalagay sa isang kasirola nḡ isang putol na miga (2) nḡ tinapay, tubig, isang sibuyas, isang pirasong balat sa loob nḡ *nuez moscada* at pamintang nababalot sa isang basahang malinis. Pagkatapos pakuluan nḡ mḡa ilang minuto, kukunin ang sibuyas at iba pang inihalo; lulunawing maigi ang tinapay, hahaluan nḡ mantikà at asin.

Salsa de tomate

Pipili nḡ isang kilogramong kamatis na sariwà at mapulang mapula: hihimayin at aalisin ang bahaging namemerde sa gawing puno nḡ tangkay; pagkatapos ay pagpipirasuhin nḡ dalawang putol at ilalagay sa isang kasirola na may kahalong dalawampung gramong asin, dalawang gramong paminta at dalawang desilitrong tubig. Isasalang sa apoy at tatakpan; hahayaang maluto sa loob nḡ apatnapung minuto, hahaluin bawa't limang minuto nḡ sandok upang huwag manikit sa ilalim nḡ kasirola at pagkatapos ay sasalain.

Makaraan ito, ay gagawa nḡ bukod na

---

(1) Salsera: Lalagyan nḡ salsa

(2) Miga: Lamang malambot nḡ tinapay.

salsa roja sa isang kasirola, na may 25 gramos na mantikà at 15 ng̃ harena; lulutuin sa tagal na tatlong minuto, hahaluing panay ng̃ sandok; hahang̃uin pagkatapos sa apoy at dito ibubuhos ang sinalang kamatis, hahaluin ng̃ hahaluin hanggang magkasamang mabuti at huwag makulti at magbutil butil: bubusan ng̃ dalawang desilitrong sabaw; at pamuling isasalang sa apoy at lulutuin sa loob ng̃ dalawanpung minuto, hahaluing panay ng̃ sandok. Kung sakasakali't napakalapot na lumabas ang salsang ito, ay babantuan ng̃ isang desilitrong sabaw.

Ang inadobong baka, mg̃a biftec at chuletas ay pangkaraniwang gamitan ng̃ salsang ito.

Salsa para el cocido

Kúkuha ng̃ isang kamates na nilagà at didikdiking kahalo ang kaunting bawang, ilang buting paminta, ilang *cominos* at asin; lulunawin sa kaunting suka at sabaw ng̃ putsero.

Salsa de perejil para el cocido

Magdidikdik ng̃ bawang, perehil, asin at miga ng̃ tinapay, lulunawin sa sabaw ng̃ putsero at suka at pakukuluan sa init ng̃ baga hangang sa oras ng̃ pagkain.

Salsa de alcaparras

Maglalagay sa isang kasirola ng̃ 125 gramong mantika at 125 gramong harena, paghahaluing maigi ng̃ sandok, upang magparang *pasta:* bubusan pagkatapos ng̃ dalawang basong tubig na malamig, katiting na asin, ilang buting paminta, isang taling perehil at katas ng̃ dalawang dayap: hahaluin sa ibabaw ng̃ apoy na kinalalagiyan, at kung kumukulu na'y hahang̃uin: magbabati ng̃ ilang burok ng̃ itlog at ihahalo at lulutuing di pakukuluin, hahaluan pagkatapos ng̃ katatagang dami ng̃ mantika at isang dakot na *alcaparras*, at saka ilalagay ng̃ mainit sa isang salsera.

Salsa agridulce

Sa isang sarten ay maglalagay ng̃ dalawang kutsarang asukal na binayo at tutunawin; hahaluin ng̃ isang sandok hanggang magkaroon ng̃ mapulang kulay: pagkatapos ay hahaluan ng̃ kalahating basong sukang maasim, pakukuluin hanggang malunaw na mabuti ang asukal; hahaluan ng̃ kasing dami ito ng̃ salsa rubia at hahayaang matuyan ng̃ kaunti sa loob ng̃ sámpu ó labin dalawang minuto at huhulugan ng̃ isang dakot na pasas na binabad sandali sa tubig na malinis.

Salsa española

Kukuha ng̃ 125 gramong mantika at ilalagay sa isang kasirola; kapag tunaw na ay hahaluan ng̃ apat ó limang kutsarang harena, hahaluing maigi ng̃ isang sandok hanggang magkaroon ng̃ kulay kastaniyas, babayaang lumamig ng̃ kaunti at saka bubusan ng̃ kaunting sabaw na mainit. Ilalagay pagkatapos ang kasirola sa isang tabi ng̃ kalan at hahayaan sa init ng̃ baga sa loob ng̃ isang oras humigit kumulang, pag-iing̃atang sagapan ng̃ linab at bula samantalang lumalabas. Kapag ang salsa ay malinaw ng̃ maigi, ay patutuyuan at hahaluan ng̃ isang kutsarang *sustancia*; pagkaraa'y hahang̃uin at hahaluin madalas ng̃ upang huwag magtutong at mamuô, sasalain at pagkatapos ay muling hahaluin hanggang sa lumamig. Matapos magawâ ito ay paiibabawan ng̃ ilang kutsarang mantikà ng̃ upang huwag maglamadlamad ang ibabaw kung lumamig.

Salsa blanca ó «velouté»

Ang paggawa ng̃ salsang ito ay nang̃ang̃ailang̃an ng̃ malaking ing̃at at gugol. Ang paraan ng̃ paggawa ng̃ nabanggit ay ganito: papahiran ang loob ng̃ kasirola ng̃ katiting na mantika lalagiyan ng̃ mg̃a pinaglabisang taba, mg̃a pinirasong laman ng̃ *jamón*, isang putol na laman ng̃ bulô, dalawa ó tatlong *zanahoria*, sibuyas perehil at katatagáng dami ng̃ sabaw.

Hindi nababagay na ang ihahalong sabaw ay may kulay. Matapos pakuluang mabuti at masagapan ng̃ bula, ay babawasan ang gatong at aatay atayin ang init ng̃ apoy at kung luto na ang mg̃a lamáng nalululan ay hahang̃uin. Pagkatapos nito ay patuloy din ang pagluluto, gagalagalawin ang kasirola, at lulunawin ng̃ nasa sa apoy, ang nahahandang rojo blanco

Makaraang kuluan sa loob ng̃ isang oras at kalahati, ay hahaluan ng̃ *consommé* (1) at mg̃a kabuti at kapag ang salsang ito ay lutu na, ay sasagapan ng̃ linab, sasalain at kakalugin manakanaka upang mawala ang kulay; pagkatapos ay tatakpan at ititinggal upang magamit sa panahong kailang̃anin.

Ensalada de Rossini

Kumuha ng̃ mataas na uri ng̃ *aceite*, mostasa inglesa, sukang maasim, kaunting katas ng̃ dayap, pamintang ligis at asin, paghahaluing mabuti at saka ibubuhos sa mg̃a ginayat na letsugas.

---

(1) Consommé: Nahahawig sa palabok at ginagamit upang magpalasa sa mg̃a salsa ó sabaw.

Ensalada de lechugas

Maglalagay sa isang bandehado nḡ mḡa murang ginayat na letsugas, kamatis at sibuyas na malaki na hiniwang manipis at pabilog, itlog na luto at saka bubusan nḡ *aceite*, suka, pamintang ligis at kaunting asin.

Ensalada de pepino

Magtatalop nḡ isa ó dalawang pipino (yaong bagong pitas ang masarap); puputuling pabilóg sa kapal na gapiso, at di aalisan nḡ ubod; pagkatapos ay maglulunaw nḡ asukal sa kalahating basong suka na may kahalong ilang kutsarang tubig; pamintang ligis at kaunting asin; hahaluin hanggang magkamasang mabuti, at saka ilalagay ang mḡa hiniwang pipino. Ang pipino'y di nararapat huhugasan sa tubig kung maputol na at nḡ di tumatabang; kinakailanḡan ay pagkatalop at bago putulin huhugasan.

Ikaapat na Pangkat

Caldo, consommé at sopas

Puchero (a)

Isasalang ang isang palayok na may katamtamang dami nḡ tubig, na kapag malapit ng̃ kukulô ay huhulugan ng̃ garbansos na binabad ng̃ labingdalawa o labingapat na oras sa tubig na maalat; isusunod ang mg̃a karne pagiing̃atan na ang tubig sa palayok ay huwag napakaiinit kung ihuhulog; pagkatapos ay ihahalo ang chorizo at tocino; subali't kinakailang̃an ang husto sa bigat ó dami ang mg̃a ito ayon sa karneng pagsasamahan, sa makatuwid sa bawa't isang librang laman ng̃ baka ay tatlong *onza* ang *chorizo* at dalawa naman ang *tocino*. Pagkaraan ng̃ ilang sandali'y sasagapan ng̃ bula; kung sakasakali't makaling̃atan ng̃ taga pagluto ang sagapan ay mangyayaring maisagawa at mapalitaw na muli ang bulâ, babantuan lamang ng̃ tubig na malamig at aawatin ang malabis na init ng̃ apoy.

Kapag nasagapan ng̃ mabuti ang sabaw ay hahaluan ng̃ ilang sibuyas bawang at perehil at hahayaang maluto sa atayatay na gatong sa loob ng̃ tatlo ó apat na oras. Ang sabaw nito ang siyang gagamitin sa sopas.

Puchero á la francesa

Isasalang ang isang caldera ó palayok, lalagiyan 750 gramong karné, 125 gramong buto, 4 litrong tubig, 30 gramong asin, 150 nabos, 25 *chirivias* at isang klabo, at pakukuluin sa atay-atay na apoy hanggang lumambot na maigi at sumarap ang sabaw.

Ang bahagi nḡ bakang nararapat gamitin sa sabaw ay ang laman sa balakang ó lomo, sapagka‘t ito‘y tutoong malasa at madaling lumambot. Upang lalong sumarap ang sabaw nḡ putsero, ay haluan nḡ isang kapón ó pata nḡ bakang bulo ó kun dili kaya ito kapuwa.

Ang mḡa gulay na ihahalo ay nararapat ang mḡa sariwa at mabuting kiyas, at hahaluan nḡ isang inihaw na sibuyas, sapagka‘t ito‘y bukod sa mabanḡong amoy na ibinibigay ay nagpapasarap pa nḡ lasa; gayundin ang tubig na ihahalo ay nararapat ang linang at malinis.

Cocido parisién

Ang lutong ito‘y tinatawag ding *puchero de los gastrónomos*, na ang paraan nḡ pagluluto ay ganito: Maglilinis nḡ isang inahing manok, aalisan nḡ laman sa loob at palolooban nḡ *salchicha*, at laman nḡ tinapay na magkasingdami at iginisa at tinimplahan nḡ kaunting tinadtad na perehil. Puputol pagkatapos nḡ isang pirasong dib dib ó balakang nḡ baka, aalisan nḡ mḡa buto at ihuhulog kapuwa sa isang palayok at sasamahan nḡ isang buto nḡ bulo, kaunting asin at apat ó limang litrong tubig, sasagapan at hahayaang dalawang oras na kuluan sa init nḡ baga. Pagkatapos ay ihuhulog ang kapón ó inahing manok, hahaluan nḡ dalawang *zanahoria*, isang *nabo*, isang malaking sibuyas na natutusukan nḡ ilang klabo, isang taling *puerro* na may kalakip na letsugas at isang dampot na *perifollo* at hahayaan kuluan hanggang lumambot na lahat ang mḡa sangkap.

Matapos maisagawa ang mḡa nabanggit; ay sasalain sa isang malinis na puting basahan, at maglalagay nḡ mḡa dalawang litro sa isang kasirola, pakukuluin na may kahalong 400 gramong bigas na maputi at kaunting luyang dilaw, pagsusumikapang dahandahanin ang apoy at babantuan unti unti nḡ sabaw kailan ma't lumalapot na lubhâ ang nasa sa kasirola.

Kapag ang bigas ay lutu na ay nagpapamalas ang sabaw nḡ katatagang lapot, na di lubhang tuyo at inin; at sa oras nḡ pagdudulot nḡ lutong ito, ay ilalagay ang baka sa isang bandehado na kasama ang isinangkap na gulay at ang inahin ó kapon nama'y sa isang katatagang pinggan at may buhos na salsa.

Puchero

Kukuha nḡ laman sa gawing tadiyang nḡ baboy at balakang nḡ baka na magkasindami, pakukuluan sa isang palayok na may tatlo ó apat na tabong tubig, sasagapan nḡ bulâ at hahayaang kuluan sa labinlimang minuto.

Pagkatapos, ay huhulugan nḡ garbansos,

petsay, repolio, kapirasong paa ng̃ hilaw na *jamon*; pararaanin ang limang minuto, bago isusunod ang mg̃a hinimay na gabi, kalabasa, upo, kamote at patola, titimplahan ng̃ kaunting asin at saka pababayaan sa atayatay na apoy hanggang lumambot na mabuti ang mg̃a laman at sangkap

Ang iba'y naghahalu pa ng̃ kaputol na lukbang usa at isang *chorizo*.

Puchero guisado

Ang lutong ito'y kaisa ng̃ nabangit sa mg̃a sangkap at lamang inihalo, añopa't bilang kaibhan lamang ay kung lutu na'y hahang̃uin ang mg̃a karné at gigisahin sa mantika, pagkatapos ay hahaluan ng̃ pamintón, mg̃a kasangkap na gulay at saka ibubuhos ang sabaw na pinaghang̃uan, hahayaang kuluan sandali at saka hahang̃uin. Pagkatapos ay gagawa ng̃ sawsawang talong na nilaga at tinalupan at nilunaw sa kaunting suka, dinikdik na bawang at pamintang ligis.

Ang nasabing talong ay nararapat ihalo sa putsero na kagaya ng̃ ibang mg̃a gulay.

Consommé (1) de ave á la crema

Maglalagay sa isang kasirola ng̃ dalawang litrong sabaw na malamig; magdidikdik ng̃ apat na hitang hilaw ng̃ manok ó kapon, kahalo ang kasingdaming laman ng̃ baka; lulunawin sa itlog at ilang kutsarang tubig na malamig; isasama pagkatapos sa nasa sa kasirolang sabaw, lalagiyan ng̃ kaunting *perifollo* at mg̃a buto ng̃ inihaw na manok ó pabo, at pinagputulputul; matapos ang lahat ng̃ ito‘y isasalang sa apoy at hahayaang kuluan ng̃ isang kulo at bago pababayaan sa loob ng̃ labindalawang minuto sa init ng̃ baga at saka sasalain.

---

(1) Consommé: Sabaw.

Pagkagawa ng̃ lahat na ito, ay papahiran ng̃ mantika ang loob ng̃ isang hulmahang mabilog at mahaba, at tatakpan ang loob ng̃ kabilang dulo ng̃ isang papel. Pagkatapos ay magbabati ng̃ tatlong itlog at walong burok nito na may kahalong kaunting asin, asukal at nuez moscada: lulunawan ng̃ kalahating litrong gatas at saka ibubuhos sa molde ó hulmahan at iluluto sa *Baño de Maria* (2) na di babayaang kumulo hanggang tumigas. Pagkaluto nito, ay palalamigin sa dalawa ó tatlong oras, at kapag idudulot na sa mesa ó dulang, ay hahang̃uin sa hulmahan at pagpuputulputulin ng̃ katatagan at ilalagay sa isang supera bago bubusan ng̃ consommé ó ng̃ sabaw na nababanggit sa unahan, matapos masala at maalisan nḡ linab nḡ boong inḡat.

---

(2) Baño de Maria: Pagluluto sa pamamagitan ng̃ init ng̃ tubig; gaya ng̃ isang tatso na may tubig at sa ibabaw nito‘y ang isang kasirola, na sa pamamagitan ng̃ kulo at init ng̃ tubig na nasa sa tatso, ay naluluto ang lamang nasa sa kasirola.

Consommé de Maria Luisa

Kukuha nḡ isang kilogramong baka, kalahati nḡ bulo at kabiyak nḡ inihaw na manok, ilalagay sa isang palayok na may tatlong litrong tubig at pakukuluan.

Pagkatapos masagapan ito, ay hahayaan kuluan sa loob nḡ apat na oras, lalagiyan nḡ katiting na asin, *zanahorias* at *puerros* at saka sasalain ang sabaw at sasagapan, nḡ linab bago gagamitin ó idudulot.

Sopa de pan

Sa isang laang supera ay maglalagay nḡ mḡa hiniwang tinapay na tustado sa mantika at bubusan nḡ sabaw na sukat na lamang ang mabasa, at sa oras nḡ pagdudulot ay saka daragdagang muli nḡ kaunting mainit. Huwag lulutuin ang tinapay sa sabaw, sapagka't bukod sa malalabog ay mawawala ang taglay na lasa.

Sopa de cebolla

Gigisahin sa mantika ó *aceite* ang isa ó maraming sibuyas at kapag nanḡanḡalahati na ang kalutuan ay hahaluan nḡ kaunting harena, babayaang magkakulay nḡ bahagiya bago bubusan ng̃ tubig, asin at paminta; pagkatapos ay pakukuluin, sasalain at saka ibubuhos sa tinustang tinapay.

Sopa de patatas

Maggigisa ng̃ karné sa isang kasirola, hahaluan ng̃ tubig at asin, pagkatapos ay magtatalop ng̃ ilang papas at hihiwain at ihahalò. Kapag ito'y lutu na, ay magtitigis sa isang supera at lalagiyan sa ibabaw ng̃ ilang kinayas na *queso de Flandes* at kaunting salsa na *queso* na ginawang nauna; pagkatapos ay pamuling hahaluan ng̃ lutong papas at ganito hanggang sa susunod.

Sopa de espárragos

Mamantikaan ang esparragos sa *aceite* at kapag nagpapamalas ng̃ kulay ginto ay hahang̃uin at sa pinaghang̃uan nito y igigisa ang bawang at sibuyas na hiniwang malaki at kung ito'y lutu na, ay isasama ang hinang̃ong esparragos; hahaluan ng̃ paminta at ng̃ isang pirasong laman ng̃ tinapay na may halong tinadtad na perehil at isasama sa esparragos at lalagiyan ng̃ kaunting katas ng̃ dayap at pamintang ligis at saka pakukuluan sandali bago hahang̃uin.

Sopa de macarrones á la la italiana

Maglalagay sa kumukulong sabaw ng̃

macarrones (1) babayaang maluto sa loob nḡ labinlimang minuto; pagkatapos ay babayaan sa apoy na atay-atay hanggang sa malutong mabuti; at bago idulot ang sopas na ito, ay lalagiyan sa ibabaw nḡ ginayat ó kinakas na *queso de Gruyere* ó *de Flandes* ó kun dili kaya'y ilalagay nḡ bukod sa isang pinggan at bahala nḡ maghalo ang mḡa magsisikain. Ang mḡa macarrones ay totoong masarap lalu na kung lulutuin sa sabaw nḡ estopado. Ang ibang kusinero ay naghahalo nḡ mḡa estreliyadong itlog.

Sopa de fideos

Magsasalang sa baga nḡ sabaw nḡ putserc ó kun dili kaya'y gagawa nḡ bukod; kapag ito'y kumukulu na ay ihahalong putulputul ang *fideos*, babayaang kuluan sa loob nḡ sampung minuto at pagkatapos ay babawasan nḡ gatong at hahayaang unti-unting tilaan nḡ kulo hanggang lumamig. Kinakailanḡang hahaluing madalas nḡ sandok nḡ upang huwag manikit at masunog ang *fideos.*

Sopa á la Condé

Maglalaga nḡ abitsuelas sa sabaw nḡ karné ó isda, hahayaang malabog nḡ kaunti, pagkatapos ay sasalain at saka isasabaw sa mg̃a hiniwang tinapay na tinusta sa mantika.

---

(1) Ang macarrones ay minasang harena, almendras asúkal at itlog na' ginagawang parang bilobilo.

Sopa de pescado

Kakaliskisan at lilinisin ang isang isda; pagpuputulputulin at aasnan, pagkaraang matalaban ng̃ asin ay huhugasan at patititiing maigi at ilalagay sa isang kasirolang may katatagang dami ng̃ tubig. Pakukuluin at hahaluan ng̃ dalawang zanahoria, sibuyas at dalawang klabo; kapag kinukuluan na ng̃ isang oras at kalahati ay hahang̃uin ang mg̃a hiniwang isda, sasalain ang sabaw at muling pakukuluin bago ibubuhos sa isang supera na may hiwang tinapay na tustado.

Sopa á la Juliana

Huhugasang mabuti sa tubig na malamig ang lahat ng̃ klaseng gulay, gaya ng̃ *acelgas*, *coles*, *apios*, *lechugas*, *escarolas cebollas*, *garbansos* at ibp; pagkatapos ay ilalagay sa isang malinis na basahan at pipigaing maigi; pagkaraan nito'y tatadtarin ng̃ maliliit at saka igigisa sa mantika, babantuan unti-unti ng̃ sabaw ng̃ putsero at hahayaan sa banay banay na apoy sa loob ng̃ dalawang oras hanggang lumambot na maigi.

Sopa de rabioles

Tatadtaring maigi ang laman ng̃ baboy, manok at hamón at hahaluan ng̃ perehil, yerba buena at *acelgas* na tinadtad din; hahaluan ng̃ kaunting gatas at *queso de Flandes* at saka igigisa. Pagkatapos ay magbabati ng̃ isang burok ng̃ itlog at kaunting tubig at lulunawan ng̃ harena na mamasahing parang tinapay, gugulung̃an ng̃ hihip upang numipis at kukuha ng̃ kaunti ng̃ ginisa at ipaloob sa nasabing masa at gagawing maliliit na empanada. Pagka nagawa ng̃ lahat ang minasa na empanada ay lulutuin sa maraming mantika at saka ilalagay sa sabaw na mainit ng̃ putsero. Ang iba'y nagbabati ng̃ itlog sa sabaw na pinaghahaluan bago nilalagiyan ng̃ nasabing empanada at idinudulot.

Arroz con almejas

Maggigisa ng̃ ilang binayong bawang at hahaluan ng̃ tinadtad na perehil, hahaluing bahagiya; pagkatapos ay isusunod ang kaunting paminton, anopa't huwag hahayaang magisa sapagka't papait, at sa katapusa'y ihuhulog ang mg̃a nilinis na tahóng, hahaluing mabuti hanggang bumuka; bubusan pagkaraan ng̃ sabaw na kinakailang̃an at saka ihahalo ang bigas hanggang mainin.

Arroz con bacalao

Mag-iihaw nḡ isang librang bakalaw na tuyo, kapag malámbot lambot na nḡ kaunti ay pipirasuhing maliliit; aalisan nḡ tinik at huhugasang makalawa sa malinis na tubig. Isasalang ang kawali ó sarten sa apoy, lalagiyan nḡ mantika ó *aceite*, dalawa ó tatlong buting bawang, kamatis at perehil; at kapag gisa na'y ihahalo ang bakalaw, siling malaki, kaunting luyang dilaw at pamintá; pagkatapos ay saka isasama ang bigas, hahaluing makalawa at saka bubusan nḡ tubig na mainit at lulutuin.

Arroz á la catalana

Gigisahin ang bigas sa *aceite* ó mantikang may bawang na dinikdik, sibuyas, perehil at kamatis; pamayamiya'y hahaluan nḡ hilaw na hamon na pinagputulputul nḡ kawangis nḡ mḡa daliri at ilang salchichas; lalagiyan nḡ tubig sa katatagang dami at bago malutong mabuti ay babawasan nḡ gatong at hahayaan sa init nḡ baga sa loob nḡ sampu ó labindalawang minuto hanggang maining mabuti, anopa't huwag babayaang lumata.

Arroz á la valenciana (a)

Magpiprito nḡ siling malaking murà

na inálisan ng̃ buto at tangkay at hiniwang pahabâ; hahang̃uin matapos maluto, at isusunod ang mg̃a tinadtad na sibuyas hanggang mamulamula, kamatis na tinadtad din at kapag nagisa ng̃ mabuti ang lahat na ito ay ihahalo ang bigas at hahayaang magisa ng̃ kaunti, bago bubusan ng̃ sabaw ng̃ putsero ó tubig at hahayaan hanggang maining maigi. At kung ito'y idudulot na ay ilalagay sa ibabaw ang hinang̃ong sili.

Arroz á la valenciana (b)

Ang mg̃a sisiw ó pitsong ihahalo sa lutuing ito ay nararapat lutuing mauna. Ilalagay sa isang kawali ó kasirola ang katatagang dami ng̃ mantika sa bigas na ihahalo; lalagiyan ng̃ hiniwang bawang at kapag nang̃ang̃amuy na ay isasama ang pinirasong sisiw ó pitson, pagkaraan ng̃ ilang sandali ay isusunod ang siling malaking mura na hiniwang pahabâ, gisantes at garbansos. Pagkatapos na malutung mabuti at magisa ang lahat na ito, ay sasabawan ng̃ tubig ó sabaw ng̃ putsero; magdidikdik ng̃ luyang dilaw at paminta na ihahalo sa sabaw, at kapag ito'y kumukulu na ay ihahalo ang bigas at hahaluin ng̃ sandok ng̃ upang tumalatag na mabuti sa ilalim ang bigas at pumaibabaw ang mg̃a sangkap, pagkatapos ay tatakpan at hahayaang malutu at mainin.

Ang ihahalong bigas ay di huhugasan; gayun din, kapag ito'y iininin na ay sa baga lamang.

Sa lugar nḡ sisiw ó pitsong ihahalo ay mangyayaring palitan nḡ manok.

Paella valenciana

Maglalagay nḡ *aceite* ó mantikà sa isang kawali ó sarten, at kapag kumukulu na'y ilalagay ang hiniwang malaking siling mura na hahanḡuin kapag lutu na; isusunod ang pinirasong sisiw, pato, lomo nḡ baka at baboy at kapag lutulutu na nḡ kaunti at nagtataglay nḡ bahagiyang kulay, ay sasamahan nḡ ilang buting hiniwang bawang, ka matis, perehil at pulang siling malaki na inalisan nḡ buto at tangkay at hiniwang pahaba, asin, luyang dilaw ó kaya pamintón, at kaunting pamintang binayo, hahaluin hanggang magisang mabuti; pagkatapos ay hahaluan nḡ gisantes, hahaluing pamuli at saka bubusan nḡ kinakailanḡang sabaw na mainit nḡ putsero; at kapag kumukulu na'y ibubuhos ang bigas at pakukuluing mabuti at ihahalo ang hinanḡong siling mura at mḡa talabang hinimay. Kapag nanḡanḡalahati na ang pagkaluto, ay tatakpan at babawasan nḡ apoy hanggang sa matirang baga at saka babayaang mainin.

Ikalimang Pangkat

Carnes

Buey cocido con salsa picante

Kumuha nḡ mḡa pinaglabisang piraso nḡ bakang lutò na nagagawi sa balakang babawasan nḡ labis na taba at hiwain nḡ pahaba na ang kapal ay kalahating *centimetrò;* ilagay sa isang kasirolang malanday ó kawali, lagiyan nḡ kaunting mantika at bayaan sa atay atay na apoy sa tagal na isang oras; ilagay pagkatapos sa isang pinggan, budburan nḡ isang dampot na tinadtad na pipino at salsa picante.

Cocido en perejil

Sa kailaliman nḡ isang bandehado na mangyayaring tumagal sa apoy, ay maglalagay nḡ kaunting mantika; lalatagan nḡ perehil at kabuting tinadtad nḡ maliliit; sa ibabaw nito y ilalagay ang mḡa pinagputul putul na lamang inihaw nḡ baka na sugpung-sugpung; babasaan nḡ mabuting sabaw, at pakukuluan untiunti sa loob nḡ apat napu t limang minuto, sasagapan nḡ mantika at idudulot nḡ may papas na nilutò sa mantika at nakapaligid sa mḡa tabi. Lar. 6.

Ropa vieja de vaca (a)

Magbubuhos nḡ mabuting sabaw sa isang pinggan na makatatagal sa init nḡ apoy, lalagiyan nḡ perehil, sibuyas, *estragon*, *perifollo*, *alcaparras* at pipinc na may suka, asin at paminta; pagpuputulputulin ang lahat na ito at saka sa ibabaw ay ilalagay naman ang karné na hiniwang manipis at pahaba; pagkatapos ay papatunḡan sa ibabaw nḡ kagaya nḡ unang nabanggit at saka pakukuluang banay banay sa loob nḡ kalahating oras.

Ropa vieja de vaca (b)

Pagpuputulputulin ang mḡa sibuyas at gigisahin sa mantika hanggang sa maluto; sasamahan nḡ kaunting harena at hahaluin hanggang magkulay; bubusan nḡ sabaw nḡ putsero, asin at paminta at kapag malaput na ang salsa, ay ihuhulog ang mḡa tinahadang karné na pinaglabisan sa niluto; papatayan nḡ kaunting suka at pagkaraan nḡ ilang sandali nḡ kalutuan ay hahanḡuin.

Ropa vieja con carne

Maglalagay nḡ katamtamang dami nḡ mantika sa kawali na kapag mainit na ay ihuhulog ang dinikdik na bawang at málaking siling murà na inalisan nḡ buto at tangkay at hiniwang pahaba; kapag ang bawang ay namumula na ay isusunod ang sibuyas na hiniwang malalaki at pahabâ; kapag ito'y naprito na, ay isasama ang kamatis na binalukan at inalisan nḡ buto at hiniwang maliit.

Pakaraan nḡ ilang sandali at kapag ang kamatis na nabanggit ay luto na rin, ay isusunod ang karné nḡ putsero na pinagpirapirasung maliit at katiting na pamintang ligis; pagkatapos ay hahayaang maluto nḡ bahagiya bago titimplahan nḡ kaunting asin at saka hahanḡuin.

Cocido en albondiguillas

Magtatadtad nḡ laman nḡ baka na may kahalong nilutong papas, lalagiyan nḡ mantika ilang itlog na luto, asin at paminta, mamasahing mabuti at gagawing parang ma liliit na bola at saka lulutuin sa mantika at idudulot nḡ may salsa picante.

Ang ibang tagapagluto'y, minamasang bukod ang nilagang papas at tinitimplahan nḡ asin at saka ginagawang itsurang bola na pinalolooban nḡ tinadtad na nabanggit sa itaas.

Cocido á la Benedictina

Maggigisa nḡ sibuyas na maliliit, hahaluan nḡ isang kutsarang harena, at hahayaang maluto; bubusan nḡ isang basong *vino tinto*, kalahating basong sabaw, kaunting tinadtad na kabuti, asin at pamintang ligis, laurel, *tocino* at pagkatapos maluto, ay ibubuhos sa ibabaw nḡ mḡa hiniwang karné na nakatalatag sa isang pinggan na mangyayaring tumagal sa apoy; hahayaang kalahating oras sa init nḡ baga bago idudulot.

Cocido en blanco

Magpapakulo nḡ tubig, lalagiyan nḡ garbansos at sasagapan, pagkatapos ay isusunod ang *tocino*, hamón at manók at saka pakukuluin sa loob nḡ kalahating oras at babantuan nḡ tubig kailan ma't matutuyuan hanggang sa lumambot at matirhan lamang nḡ kahustuhang sabaw.

Cocido de color

Gagawing gaya nḡ nabanggit lalagiyan nḡ sangkap na gulay at isang tasang tubig na mainit (kung sakali't hindi makatas ang nasabing gulay); pagkatapos ay magdidikdik nḡ ilang butil na *cominos*, isang buting bawang at katiting na pamintón, lulunawing lahat sa mainit na tubig at ihahalō; anopa't kung sasamahan ang lutuing ito nḡ *morcilla* ó *chorizo;* ay di na nararapat hahaluan nḡ naturang dinikdik, sapagka't sapat na yaong nasa sa *morcilla* ó *chorizo*. Pagkaraang magawa ang lahat na ito, ay pababayaan sa banaybanay na apoy hanggang lumanbot at matirhan lamang ng̃ kaunting sabaw.

Rosbif

Ang guinagawang *rosbif* ay yaong malambot at mabuting laman ng̃ baka, sa madaling sabi ay yaong napapagitan sa balakang at tadiyang. Kukuha ng̃ katatagan ng̃ lamang nabanggit babalumbunin at tatalian; pagkatapos ay babalutin sa isang maputing papel na basâ ng̃ mantikà; duduruing pahaba at saka iihaw; anopa't, labinlimang minuto bago hang̃uin, ay kinakailang̃ang alisin ang papel na nakababalot at saka manakanakang papahiran ng̃ mantika ang paligidligid ng̃ *rosbif*. Kung inaakalang lutu na ay hahag̃uin at ilalagay sa isang bandehado na di pagpuputulputulin at lalagiyan ng̃ anomang sangkap, kundi sa oras lamang ng̃ pagkain.

Ang pangkaraniwang sangkap na inilalagay sa *rosbif* ay mg̃a papas na minantikaan at hiniwang manipis at pabilog. Gayun din, bago isagawa ang nabanggit sa unahan nito, ay kinakailang̃ang patalaban sa kaunting asing pino ang lamang nasabi ng̃ *rosbif*.

Rosbif de carne de vaca

Kukuha nḡ mabuting piraso nḡ laman nḡ baka, kakadlitan nḡ maliliit upang talaban nḡ asin at pamintang binayo, at lalagiyan sa ibabaw nḡ maraming tinadtad na sibuyas at *aceite*, at hahayaan sa gayung katayuan sa tatlo ó apat na oras, bago ilalagay sa hurnó. Kapag nanḡanḡalahati na ang kalutuan, ay bubudburan sa ibabaw nḡ harena, tinadtad na kamatis at kapatak na tubig at harena, at hahayaang madarang hanggang magkaroon nḡ malaputlaput na salsa; maminsan minsan ay paliliguan nḡ salsang lumalabas sa pamamagitan nḡ isang laang kutsara at pagkatapos ay hahanḡuin kung luto na.

Solomo de vaca asado

Kukuha nḡ makapal na laman sa gawing balakang nḡ isang baka, mimitsahan nḡ gaya nḡ namamalas sa lar 3, ilalagay sa isang pinggan, bubusan nḡ *aceite* at katas nḡ dayap, lalagiyan nḡ mḡa sanḡa nḡ perehil at hahayaang mababad sa loob nḡ ilang oras at pagbibilingbilingin.

Limampung minuto bago ihain ay duduruin at iihaw sa nagniningas na baga, babasabasain nḡ katas nḡ pinagbabaran at kapag hahanḡuin na, ay bubudburan sa paligidligid nḡ kaunting asin pino bago ilalagay sa bandehado at paliligiran nḡ mḡa papas na minantikaan. Kung idudulot na ay kasama ang salsa *picante* sa mesa ó dulang nḡ mḡa panaohin.

Biftec con cebollas

Puputul nḡ apat na lamang malambot nḡ baka sa kapal na katamtaman, tingnan ang lar. 7; titimplahan nḡ paminta at asin ligis at ilalagay sa isang kawali ó sarten na may kaunting mantika; maghihimay nḡ tatlo ó apat na sibuyas at hihiwaing pabilog at mamantikaang sa isang sartén ó kawali; kapag lutu na ay isasama ang *biftec* na nilutong bukod, bubusan nḡ kaunting katas ó mantikang lumabas sa pagluluto at hahayaang kuluan sandali bago idudulot.

Biftec de carne de vaca

Isang malaking putol nḡ lamang malambot nḡ baka ay titimplahan nḡ asin at pamintang durog at papaluin nḡ kaunti upang tumiting mabuti ang tubig at tumalab ang sangkap.

Pagkatapos ay maglalagay nḡ mantika sa isang kawali at dito ihuhulog ang nasabing *biftec* at lulutuin.

Bago ilahok ang mḡa hiniwang sibuyas ay pipisain muna nḡ sandok ang mḡa laman ng̃ lumabas ang katas. Ang sibuyas na ihahalo ay lulutuing mauna, at sa pagdudulot ay gagamitan ng̃ salsa *inglesa*.

Estofado

Ang lutuing ito ay tutoong malinamnam at masarap, at mangyayaring makain ng̃ mainit ó malamig; madaling tunawin ng̃ sikmurà at nagdudulot ng̃ mabuting pita ng̃ pagkain. Ang paggawa nito ay itong sumusunod. Magtutunaw sa isang palayok ng̃ ilang putol na *tocino*, hahaluan ng̃ isang putol na paa ng̃ bakang bulô kung mayroon; isang taling gulay, klabo, sibuyas, zanahoria, laurel, paminta at asin; at sa ibabaw ng̃ mg̃a sangkap na ito ay ilalagay ang karne na iistupaduhin, gaya ng̃ lamang minitsahan ng̃ baka ó hindi man, baboy, kapon ó pabo. Pagkatapos ay bubusan ng̃ isang basong *vino blanco*, dalaua ng̃ sabaw at dalawa ng̃ tubig at saka tatakpan ng̃ lapat na lapat, at hahayaang̃ maluto sa loob ng̃ apat ó limang oras at lumambot na mabuti.

Estofado de carne (a)

Maglalagay ng̃ karne sa isang palayok, hahaluan ng̃ bawang na buo at inihaw, maraming sibuyas na piniraso, dahon ng̃ laurel, asin at mantika; pagkatapos ay bubusan nḡ alak na ang dami ay isang *cuartillo* (1) bawa't librang laman na paghahaluan; magdidikdik nḡ kanela at klabo at lulunawin sa kaunting tubig bago ihahalo at tatakpang maigi.

Estofado de carne (b)

Maglalagay nḡ mantika, huhulugan nḡ mḡa buong bawang at tinapay, kapag ito'y naprito nḡ mabuti ay hahanḡuin at ihahalili naman ang karné na bubusan nḡ kaunting alak at saka hahaluing mabuti; pagkatapos ay magdidikdik nḡ klabo, kanela ó kaunting paminta, tuloy nḡ mḡa bawang at tinapay na hinanḡo at ihahalo at pagkatapos ay hahaluan nḡ tubig at tatakpang mabuti hanggang lumambot.

Estofado de carne (c)

Sa bawa't isang librang karne ay sasamahan nḡ isang putol na *tocino* na pinirasong maliliit at isisiksik sa bawa't kadlit na ginawa sa laman; pagkatapos ay ilalagay sa isang palayok, hahaluan nḡ mḡa inihaw na bawang na dinikdik na kasama nḡ kanela, klabo at paminta; gayun din lalagiyan nḡ isang dahong nḡ laurel, sibuyas na buo, isang buting bawang na dinikdik at kala hating litrong alak, dalawang kutsarang suka at tubig na kahustuhan at saka mantika na halagang ikapat na bahagi nḡ isang libra; tatakpang maigi hanggang sa maluto.

---

(1) Ang isang *cuartillo* ay nagkakaroon nḡ mahigit sa isang litro.

Estofado de carne (d)

Ilalagay sa mantika hanggang magkulay ginto ang karne, mḡa bawang, sibuyas na buo; pagkatapos ay lalagiyan nḡ *vino blanco*, dalawang dahong laurel, apat na klabong buo; isang tilas na kanela, kapirasitong balat nḡ suhà, tubig at asing nauukol; tatakpan at saka pakukuluin hanggang lumambot at malutò.

Estofado de carne (e)

Magbubuhos nḡ mantika sa isang kawali at ilalagay ang karné, kapag nagkukulay gintu na ay bubusan nḡ kaunting *vino blanco*, at hahayaang hanggang matuyo ito, pagkatapos ay lalagiyan nḡ tubig, kanela at klabong binayo, at babayaang kuluan hanggang lumambot at matirhan nḡ kapatak na salsa.

Estofado de carne (f)

Pagpipirapirasuhin ó kaya buong ilalagay ang karne sa isang palayok hahaluan nḡ bawang, mḡa dahong laurel, isang putol na taba ng̃ hamón, ilang butil na paminta, klabo, asin, *vino tinto* at kaunting tubig. Tatakpang maigi pagkatapos ang palayok at kapag malambut na ang mg̃a laman ay hahaluan ng̃ kaunting nilunaw sa tubig na malamig na harenang binusa at pagkaraan ng̃ kaunti ay hahang̃uin.

Guisado de carne sin nombre

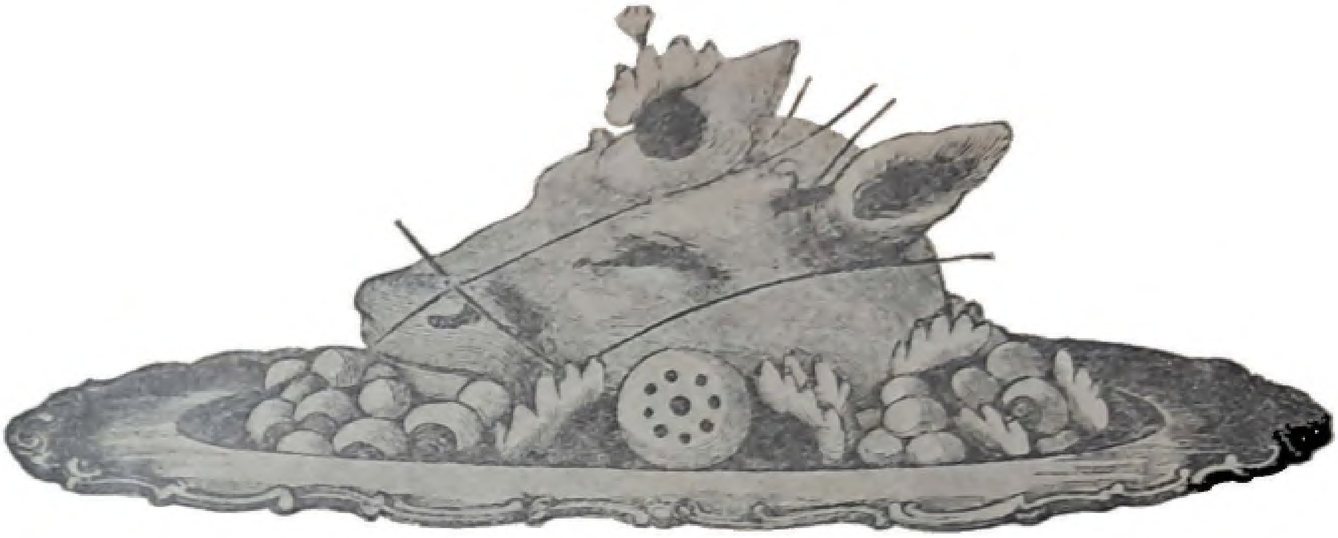
Maglalagay sa kawaling may mantika ng̃ pirapirasong karne, hahaluan ng̃ binayong bawang, laurel, *especias finas* (1) at kaunting harena; pagkatapos mapaghaluhalung mabuti ay bubusan ng̃ kaunting suka, isang sibuyas na buo at tubig hanggang lumambot at maluto.

Guisado de carne (a)

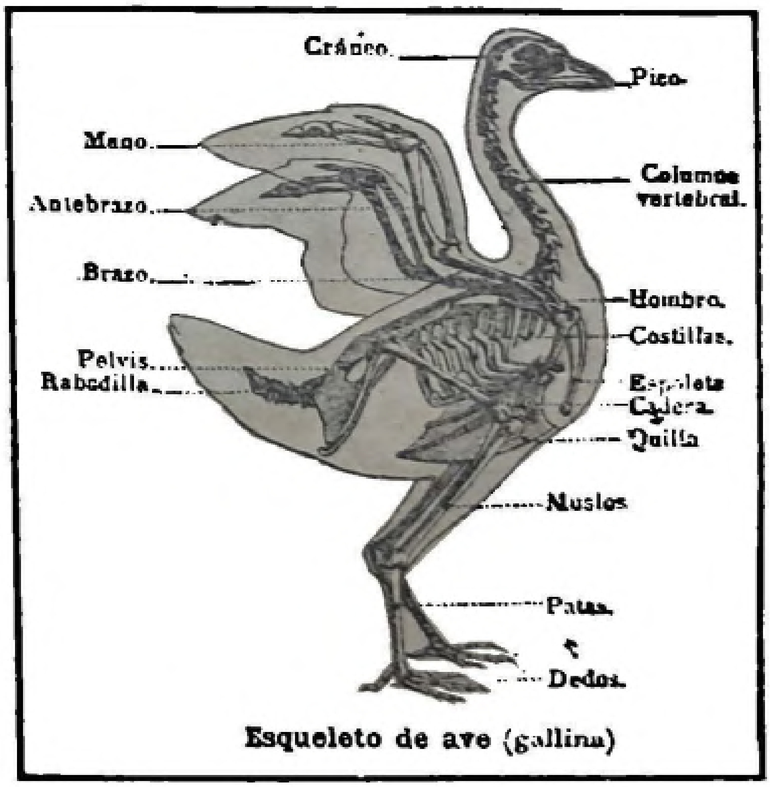
Sasangkutsahin ang karne; pagkatapos ay mamantikaan na may kahalong bawang at isang pirasong laman ng̃ tinapay na hahayaang matustang mabuti at hahang̃uin; hahayaan ang karne hanggang magkulay gintó; pagkatapos ay babayuhin ang hinang̃ong bawang at laman ng̃ tinapay at lulunawin sa kaunting tubig at ibubuhos sa karne at pamayamiya'y pipigaan ng̃ kaunting katas ng̃ dayap at hahayaang lumambot.

---

(1) Especias finas; mg̃a dinikdik na kanela, klabo at paminta at ibp.



Larawang (IV) Kaparaanan ng̃ pagaalis ng̃ mg̃a buto ng̃ ulo ng̃ bakang bulô.


Cráneo.
Pico.
Mano.
Columna vertebral.
Antebrazo.
Brazo.
Hombro.
Costillas.
Pelvis.
Rabadilla.
Espoleta
Cadera.
Quilla
Muslos
Patas.
Dedos.
Esqueleto de ave (gallina)

Larawang (V) **Aniyo** ng̃ mg̃a buto ng̃ manok sa loob ng̃ katawan

Guisado de carne (b)

Igigisa ang karné na may kasamang dinikdik na bawang, *yerba buena* at perekil; pagkaraan ng̃ sandali'y bubusan ng̃ sabaw ó tubig at asin at kapag malulutu na ay hahaluan ng̃ *especia fina*.

Guisado de carne [c]

Maglalagay ng̃ bawang sa mantika hanggang mang̃amoy; pagkatapos ay isusunod ang karne at hahaluin; pagkaraan nito'y lalagiyan ng̃ tubig, asin at dalawang klabo at isang dahong laurel; kapag lutù na ay hahaluan ng̃ binayong kasubhâ ó pamintón, kanela at laman ng̃ tinapay.

Guisado de carne (d)

Magbubuhos ng̃ mantika sa isang kawali at kapag mainit na, ay mamantikaan ang kaunting tinadtad na sibuyas at isang bawang, pagkatapos ay hahang̃uin; isusunod naman ang harena at kapag natusta ng̃ mabuti ay ihahalo ang karne at isang basong *vino blanco* at dalawang dahong laurel, hahaluing mabuti at pagkaraan ay lalagiyan ng̃ tubig at tatakpan hanggang matirhan ng̃ kaunting salsa at lumambot na maigi ang laman ó karne.

Guisado de carne (e)

Ilalagay ng̃ buo ang laman ng̃ karne sa mantikà ng̃ baboy, lalagiyan ng̃ mg̃a dahong laurel, klabo at paminta at *vino blanco,* matapos mahalong maigi ay bubusan ng̃ tubig at hahayaang malutong sandali; bago idudulot ay magdidikdik ng̃ tinustang tinapay at ihahalo sa sabaw ng̃ upang lumapot at maging masarap na salsa.

Guisado de carne (f)

Puputulin ang karne ng̃ pahaba, manipis at malapad, pupukpukin at saka babalutin ng̃ harena at ilalagay sa mantika ng̃ baboy, hahaluan ng̃ isang dahong laurel, kanela at klabong buo, tubig at pakukuluin hanggang lumambot na mabuti.

Guisado de carne (g)

Kukuha ng̃ karné, lilinising mabuti, pupukpukin at saka igigisa sa mantika ng̃ baboy; mag-iihaw ng̃ isang pusong bawang, pagkatapos ay aalisan ng̃ balat at didikdiking kasama ang isa ó dalawang *rosquillas*, buong kanela at klabo, asin at tubig, hahayaang kuluan hanggang lumambot at matirhan ng̃ kaunting salsa.

Guisado de carne (h)

Maglalagay sa kawali ng̃ ibig gisahin, lalagiyan ng̃ mantika ng̃ baboy, paminta at klabo, mg̃a laurel, katas ng̃ suhang maasim, asin at kaunting tubig; tatakpang mabuti at babayaang maluto hanggang matira sa mantika, anopa't pag-iing̃atan matuyo, sapagka't siyang bilang magiging pinaka salsa ang matitirang kaunting sabaw

Guisado de vaca (a)

Magmamantika ng̃ bawang at kaunting tinapay hahang̃uin pagkatapos; isusunod ang kamatis kung mayroon at gagawing parang salsa at dito isasama ang karne; pagkatapos ay hahaluan ng̃ tubig at kapag malambut na ang laman ng̃ baka, ay isasama ang mg̃a dinikdik na bawang at tinapay na hinang̃o upang lumapot ang sabaw.

Guisado de vaca (b)

Magpapakulo ng̃ mantika at saka ilalagay ang karné at hahayaan hanggang magkulay gintô, at may kasamang kaunting asin; pagkatapos ay hahaluan ng̃ mg̃a tinadtad na sibuyas at hahayaang maluto at magkulay; pagkaraan nito ay isusunod ang kamatis (kung sakali't panahon) at hahayaan doon hanggang madurog na parang salsa; pagkatapos ay hahaluan ng̃ dinikdik na kanela, klabo at paminta at tubig na kasukatan.

Pierna de carne mechada

Lilinising mabuti ang laman sa binti ng̃ di huhugasan at aalisan ng̃ sebo, magdidikdik ng̃ kasubhâ, kanela at klabo na magkasingdami, maghihimay ng̃ ilang bawang, pipiraso ng̃ hamon na maytabá at laman; pagkatapos ay hihiwaan ang nasabing laman at sisiksikan ng̃ *tocino* at ng̃ mg̃a dinikdik na nabanggit at saka lulutuin sa tubig na may asin at ilang pirasong hamon at mantika bago tatakpan hanggang lumambot at maluto.

Carne mechada

Kukuha ng̃ katatagang laki at kapal na laman ng̃ baka mimitsahan ng̃ taba ng̃ baboy, pagkatapos ay patitigasan at lalagiyan ng̃ laurel, papas na hiniwang malalaki, sibuyas at pamintón, at kapag malulutu na ay titimplahan ng̃ kaunting asin.

PAUNAWA; Ang tabang imimitsa ng̃ upang maimitsang maigi at masunod ang ibiging hugis ay kinakailang̃ang ibabad muna sa yelo ng̃ tumigas.

Vaca á la moda

Pipili nḡ pinakamabuting piraso nḡ baka, babatihin at saka mimitsahan nḡ tocino; ilalagay sa isang kasirola na may asin, paminta, isang buting bawang at hahayaang labasan nḡ mantika sa banaybanay na apoy; kapag ang laman ay tigang na ó kaya nakalabas nḡ maigi ang mantika, ay paiibabawan nḡ ilang balat nḡ *tocino*, at aapuyang mabuti, kapag malapit nḡ maluluto ay bubusan nḡ *vino blanco* hanggang matuyutuyu; sasalain pagkatapos ang pinakasalsa bago isasama at ibubuhos sa baka.

Carne en pebre

Ilalagay ang laman ó karné sa isang palayok, bubusan nḡ alak ó *vino blanco* at mḡa buong bawang, maraming sibuyas na piniraso at mḡa dahong laurel; hahaluan pagkatapos nḡ mḡa inihaw na bawang, asing nauukol at mantika at kapag malambot na ang nasabing laman ó karne ay hahaluan nḡ mḡa dinikdik na kanela, klabo at paminta, kaunting tubig upang mapaglunawan nḡ nabanggit at saka tatakpang kagaya nḡ pagtatakip sa lutong *estofado*.

Frese de vaca

Maggigisa nḡ sibuyas, hahaluan nḡ harena at *especia fina*, pagkatapos ay ihahalo ang karne na pinagputulputul na kapag lutu na'y lalagiyan ng̃ binayong piñon (1) at pipigaan ng̃ katas ng̃ dayap.

Encebollado de carne

Ilalagay ang karne sa kawali ó kasirola, mantika, buong bawang at sibuyas at saka lulutuin, didikdikan ng̃ *especias finas*, pamintón at saka tatakpan hanggang lumambot.

Vaca guisada

Maglalagay ng̃ mantika mg̃a tinadtad na sibuyas, kamatis, isang ulong sang, *especias finas*, isang pirasong balat ng̃ suhà at dalawang bawang at lulutuin sa kapatak na tubig ó sabaw hanggang sa lumambot.

Lonjas de vaca y jamón (a)

Maghihiwa ng̃ baka at hamón at ilalagay sa isang kawali, lalagiyan ng̃ paminta, asin, bawang at mantika; gayun din hahaluan ng̃ tubig, mg̃a dahong laurel at saka babayaang maluto hanggang sa lumambot na mabuti.

---

(1) Piñon: bung̃a ng̃ kahoy na pino.

Lonjas de vaca y jamón (b)

Paghihiwain ng̃ malapad at pahaba ang baka at hamón, pagkatapos ay ilalagay sa kailaliman ng̃ isang kasirola at hahaluan ng̃ kaunting *viño blanco*, dahon ng̃ laurel, ilang butil na pamintang buo, *alcaparras* at saka kahustuhang tubig at hahayaan sa apoy hanggang lumambot at di hahaluan pa ng̃ anomang tubig, kundi sukat na yaong tinataglay.

Lonjas de carne

Bababarin sa dalawa ó tatlong oras sa suka ang mg̃a pirasong laman ng̃ baka ó baboy; pagkatapos ay ilalagay sa isang kawali na may binayong tinapay, perehil, bawàng at paminta at hahayaan ditong mamantikaan hanggang sa maluto. Kung ang laman ay walang taba na sukat pagmulan ng̃ mantika ay lalagiyan.

Carne con guisantes

Maggigisa ng̃ bawang at tinadtad na sibuyas na maliliit, kapag naninilàw ng̃ maigi ay isusunod ang guisantes, hahaluin hanggang maluto; pagkatapcs ay ilalagay ang karné at bubusan ng̃ kahustuhang sabaw at asin hanggang sa ito'y lumambot at maluto.

Salmorejo

Maglalagay ng̃ mantika kapag kumukulu na'y lalagiyan ng̃ binayong tinapay at perehil, di papahing̃ahan ng̃ halo hanggang lumapot, pagkatapos ay hahaluan ng̃ klabo at pamintang dinikdik at sa lugar ng̃ tubig ang ibubuhos ay sabaw ng̃ putsero at makaraang magawa ang mg̃a nabanggit, ay ilalagay ang manok ó karné ng̃ putsero at hahayaang kuluan at sa oras ng̃ paghang̃o ay pipigaan ng̃ katas ng̃ dayap.

Fricandó con carne

Sa kailaliman ng̃ isang palayok ó kasirola, ay maglalagay ng̃ ilang hiniwang *tocino*, sa ibabaw nito'y ilalagay ang karneng minitsahan, hahaluan ng̃ kaunting tubig at mantika; hahayaang maluto ang nabanggit na laman; lalagiyan sa itaas at ibaba ng̃ apoy, at kapag malambut ng̃ mabuti ay malalagiyan ng̃ salsang maibig.

Fricandó casero

Pipili ng̃ mabuting laman ng̃ baka at aalisan ng̃ lamad, pagkatapos ay mimitsahan ng̃ *tocino* sa gawing itaas; maglalagay sa isang kasirola ng̃ pinirasong sibuyas at *zanahoria* at dito ihahalo ang nabanggit; bubusan ng̃ isang basong tubig ó sabaw at saka lulutuin sa pamamagitan ng̃ banay banay na gatong sa loob ng̃ dalawa ó tatlong oras at lalagiyan sa ibabaw ng̃ takip ng̃ mg̃a baga at pag-iing̃atang bubuksan ang takip sa tuwing labinlimang minuto upang basain lagi ng̃ lumalabas na katas. Pagkamalambot na ay mangyayaring idulot ng̃ may salsa ó ng̃ katas na tinataglay.

Agreseo

Maglalagay sa palayok ng̃ mg̃a tadiyang ng̃ baboy na may halong sibuyas, perehil, klabo, pamintang ligis at dayap at kapag nagkasamasama ng̃ mabuti ay hahaluan ng̃ *zanahoria* at kaunting tubig hanggang lumambot; sasamahan pagkatapos ng̃ mg̃a pinirasong *batatas* at papas hanggang matirhan ng̃ katiting na sabaw at malutong maigi; at kung idudulot na'y pipigaan ng̃ dayap.

Guisado de carne con patatas

Maghihiwa ng̃ pabilog ng̃ papas at mamantikaan, pagkatapos ay hahang̃uin; isusunod ang isang buting bawang at pinirasong tinapay na haháng̃uin din kapuwà kapag lutu na, at sa mantikang pinaghang̃uan ng̃ mg̃a nabanggit, ay ihuhulog ang mg̃a tinadtad na sibuyas at kapag nang̃ang̃alahati na ang kalutuan, ay hahaluan ng̃ katiting na perehil na tinadtad din at nilunaw na *especias finas* at binayong tinapay na piniritong nauna, pagkatapos ay isasama ang mg̃a laman ng̃ putsero at hahayaang kuluan ng̃ kaunti. Kung gustong palaputing ang gisadong ito ay isasama ang papas na di minantikaan.

Carne rellena

Kukuha ng̃ lamang malambot ng̃ baka; hihiwain sa gitna na di palalampasin sa kabilang tabi at pagkatapos ay kukunin ang mg̃a pinaglabisan at tatadtarin: sasamahan ng̃ laman at tabâ ng̃ hamón binayong tinapay, bawang, perehil, binating itlog upang bumuó, at katiting na *especias finas.*

Pagkatapos ay ipaloloob sa naturang karné, tatahiin ng̃ madalang sa tatlong gilid at ilalagay sa mantika hanggang magkulay ginto: pagkaraan ay hahaluan ng̃ tinadtad na sibuyas at kaunting *vino blanco* at saka hahayaan hanggang malutong maigi

Carne rellena (b)

Magtatadtad ng̃ malambot na laman ng̃ baka, bawang, paminta, asin kapatak na tubig, laurel at paminton; pagkatapos ay igigisa sa mantika hangang sa malutong mabuti at lalagiyan ng̃ kaunting *mantequilla;*

pagkatapos ay maghihiwa nḡ lutong itlog at pasas at saka ipaloloob sa lamang manipis nḡ baka at tatahin ó tatalian bago ilulutong muli sa katatagang dami nḡ mantika.

Guisado de carne con perejil

Ilalagay sa kawali ang lamang buo ó pirasong maliit nḡ baka, lalagiyan nḡ mantika, katas nḡ suhà, perehil, klabo, paminta at kaunting tubig at hahayaang malutò hanggang matirhan lamang nḡ kaunting salsa.

Carne con chicharos

Isasalang sa kalan ang mantika, kapagmainit na'y ihuhulog ang binayong bawang na may balat, sibuyas na pinagpirapiraso kaunting kamatis, perehil at pagkatapos ay isusunod ang karneng hilaw; lalagiyan nḡ dahong laurel, hahaluin at saka isasama ang klabo, paminta, kanela at asin, tubig na mainit at sitsaros; ang lahat nḡ ito'y ihuhulog matapos makaraan ang ilang sandaling mailagay ang karné at sa katapustapusan ay lalagiyan nḡ kaunting *vino blanco* hanggang malutong mabuti.

Encebollado con carne del cocido

Maggigisa nḡ maraming sibuyas na hiniwang malaki at kapag namumulamula· na· ay huhulugan nḡ ilang butil na paminta at klabo at kaunting suka, hahayaang matagalan nḡ kaunti at saka bubusan nḡ tubig at kaunting asin at babayaang malutong mabuti.

Chuletas de cerdo (a)

Pupukpukin nḡ puluhan nḡ kampit ang pinirasong lamang nḡ baboy, papahiran nḡ mantika, bubudburan nḡ dinurog na tinapay, asin, perehil at bawang na kapuwa tinadtad nḡ pino; pagkatapos magawa ito ay babalutin ang bawa't putol nḡ papel na puti na tigmak nḡ mantika at saka ilalagay sa tuyong kawali at gagatunḡan hanggang maluto sa mantikang lumalabas, anopa't manakanakang bibilinḡin hanggang sa maluto.

Chuletas de cerdo (b)

Pupukpukin nḡ puluhan nḡ kampit ang mḡa hiniwang laman nḡ baboy, lalamasin sa kaunting tubig na may asin; pagkatapos ay patititiin at saka bubudburan nḡ binayong tinapay, perehil at bawang na dinikdik, lalagiyan kung ibig nḡ kaunting katas nḡ dayap; magbabati nḡ ilang itlog at saka titigmakin ang bawa't putol nḡ baboy na nabanggit bago ilalagay sa kumukulong mantika.

Carne fiambre (a)

Lulutuin ang isang mabuting pirasong laman sa tubig, asin at paminta at ilang butil na klabo. Hahayaang matuyo ang tubig, bago lalagiyan nḡ mantika ó *tocino*, at babayaang malutong mabuti hanggang sa lumambot sa atay-atay na gatong.

Carne fiambre (b)

Lulutuin ang karne sa tubig na may asin at sukang marami kay sa tubig, perehil, bawang, ilang buting paminta, klabo at kaunting kasubhâ. Hahayaang kuluan hanggang lumambot na mabuti at idudulot nḡ mayroon ó walang salsa.

Carne fiambre (c)

Isang malaking piraso nḡ binti nḡ baka ay mimitsahan nḡ tinilas na *tocino* at pipitpiting mabuti; pagkatapos ay ilalagay sa isang pasô ó bandehado na may dalawang bahaging alak at isa nḡ tubig, asin, buong paminta, klabo, ilang dinikdik na bawang at isang putol na kanela; lalamutáking mabuti dito ang nasabing laman at hahayaang dalawang oras na mababad. Pagkatapos ay gagawa nḡ binalag na patpat at ilalagay sa ilalim nḡ lutuan at dito ipaiibabaw ang laman ó karne at sa ilalim ay ilalagay ang pinagbabaran ng̃ upang untiunti ay mabasa ng̃ nasabing tubig samantalang kinukuluan. Samantalang nangyayari ang lahat ng̃ ito, ay papahirang manakanaka ang niluluto ng̃ mantika at papatung̃an sa ibabaw ng̃ mg̃a buong sibuyas at bubusan untiunti ng̃ suka hanggang maubos ang isang tasa.

Sa ganitong kaparaanan ay tatakpang maigi ang lutuan at hahayaan sa banay banay na apoy hanggang mang̃alahati ang lambot ng̃ isang panig at bibiling̃in, ng̃ upang ang kabila naman at magpareho; matapos magawa ang mg̃a nabanggit, ay ilalagay ng̃ lahat ang mantika at babayaang ang salsa lamang ang di malahukan at pipigaan ng̃ katas ng̃ dayap at alak na kapupunan, upang mahusto ang pagkaluto at lumambot; ano pa't iing̃atan ang pagbiling at pagpapahid ng̃ mantika at di nararapat hang̃uin hanggang di husto ang kalutuan.

Lengua estofada (a)

Hahatiin sa dalawang piraso ang dilà ng̃ baka, kakayurin ang bandang labas at huhugasang maigi; ilalagay sa kumukulong tubig at pababayaan hanggang sa mahimunos na lahat ang balat na bumabalot. Pagkatapos ay mimitsahan ng̃ *tocino* at ilalagay sa isang kasirolang natatakpan at may hiniwang *tocino*, dibdib ng̃ baboy ó hamón, asin, paminta, dalawang tipak na asukal, tatlong klabo, isang basong *vino blanco* at kalahati ng̃ *aguardiente*. Makaraan ang dalawang oras ng̃ pagluluto ay isasamang ihulog ang zanahorias at mg̃a sibuyas at hahayaang ma luto at kuluang pamuli sa loob ng̃, tatlong oras bago hang̃uin.

Lengua estofada (b)

Matapos mabalukan ang dila at malinis na mabuti, ay ilalagay sa isang palayok; lalagiyan ng̃ isang tasitang suka, dalawang pusong bawang na inihaw, magdidikdik ng̃ labindalawang buting paminta, apat na klabo, katiting na kanela at ilang bawang na inihaw; lulunawin sa kaunting tubig at saka isasamang ihalo bago tatakpan ng̃ isang *papel de estraza* at sa ibabaw nito'y isang palayok na maliit na may lamang kaunting tubig na pangbanto kung sakali't matutuyan, anopa't pag-iing̃atan mapatlang̃an ng̃ kulo, at lulutuin mula sa hapon ng̃ may katiting na gatong, hahaluan pagkatapos ng̃ isang tasita at kalahati ng̃ *aceite* at isang kutsarang mantika ng̃ baboy at babayaan hanggang sa maluto.

Lengua estofada (c)

Maglalagay ng̃ mantika sa isang palayok, hahaluan ng̃ mg̃a buong bawang, paminta, isang tasang suka, isang dahong laurel, asin at tubig na katamtaman para sa pagluluto at kapag malambot na ay hahaluan nḡ klabo at paminta.

Pulpetas de carne

Hihiwa nḡ laman nḡ baka sa kapal na mahigit sa piso, babayuhing palalaparin nḡ maso ó puluhan nḡ kampit; pagkatapos ay magtadtad nḡ laman nḡ hamon, *tocino*, itlog na luto at perehil at ilalagay sa ibabaw nḡ isang pirasong nabanggit bago papatunḡan namang muli nḡ isang piraso rin at tatalian nḡ upang huwag tumapon ang nasa sa loob; igigisa pagkatapos sa mantika; at labinlimang minuto bago idulot, ay lalagiyan nḡ salsa. Ang salsang ilalagay ay binubuo nḡ mḡa pinaghalong *vino blanco*, binusang harena, kaunting *nuez moscada* at pinulbos na kanela.

Manitas de ternera en fricasé

Pakukuluang bukod ang mḡa hiniwang laman nḡ baka ó bulo, at pagkatapos ay maglalagay nḡ mantika nḡ baboy sa isang palayok ó kawali at magmamantika nḡ bawang at sibuyas na kapag malambot na ay hahaluan nḡ kaunting harena; makaraan ang ilang sandali ay isasama ang pinakuluang laman nḡ baka ó bulo at lalagiyan nḡ kaunting *especia fina;* at sasabawan ng̃ pinaglagaan ó pinagpakuluan ng̃ nasabing baka ó bulo na sinala at kapagka lutu na, ay babatihan ang salsang tinataglay ng̃ isang burok ng̃ itlog at katiting na katas ng̃ dayap; ang sabaw ay kung ihahalo ay kinakailang̃an ang kumukulo at ng̃ ang harenang kahalo ay huwag magbutilbutil.

Croquetas (a)

Sa bawa't isang librang laman ŏ karne ay sasamahan ng̃ pinaghalong perehil, bawang na tinadtad na kapuwa ng̃ pino at ilalagay sa isang kawali; hahaluan ng̃ kalahating kutsarang harena at kalahating tasitang gatas. Kapag ito'y nababakbak ng̃ kusa sa kawali, ay hahang̃uin at palalamigin, at magbabati ng̃ dalawang itlog nasiyang ititigmak sa nasabing karne bago ilalagay sa mantikang may atayatay na apoy. Anopa't bago lagiyan ó tigmakin ng̃ itlog ang nabanggit, ay bubudburan muna ang paligidligid ng̃ binayong tinapay.

Croquetas (b)

Kukuha ng̃ hita ng̃ manok at hamón, sasangkutsahin sa tubig at asin, pagkatapos ay tatadtaring maigi at lalamasing para ng̃ paglalamas sa ginagawang albondigas; matapos ito, ay isasalang sa apoy ang isang kawali ó kazuela at lalagiyan ng̃ isang kutsaraug mantika na lalagiyan ng̃ kauntiug tinadtad na sibuyas, hahaluin at kapag malambut na ay saka isasama ang mg̃a tinadtad na manok at hamon, kaunting gatas, isang kutsarang harena at asin, hahaluing mabuti hanggang magparang pandikit; hahang̃uin at ilalagay sa isang pinggan at palalamigin. Pagkatapos maisagawa ang mg̃a nasabi at sa unahan, ay magpapakulo ng̃ mantika sa isang kawali, kakamal ng̃ nasa sa pinggan, bubusan ng̃ binating itlog at bubudburan ng̃ binayong tinapay bago mamantikaan sa kumukulong mantika, anopa't babayaang magtaglay ng̃ kulay ginto ang nakababalot na itlog at idudulot ng̃ mainit sa mesa ó dulang ng̃ panaohin..

Empanada de carne

Patitigasan ang karne ó laman ng̃ baka hanggang lumambot; kapag tuyu na ay bubusan ng̃ mantika; magmamantikang bukod ng̃ bawang na hiniwang pahaba na kapag mapula na ay hahang̃uin at ilalagay sa karneng minamantikaan; pagkatapos ay naglalagay ng̃ kamatis na inalisan ng̃ buto, sa mantikang pinaghang̃uan ng̃ bawang at pagkaluto'y isasama ang karne, hahaluin at lalagiyan ng̃ *especias finas* na binayo.

Pagkaraan ng̃ lahat ng̃ ito, ay gagawa ng̃ masa na paninipisin at titigmakin ng̃ mantika at dito ipaloloob ang mg̃a naunang lamang niluto; anopat ito'y kinakailang̃ang tinadtad ó pirasong maliliit) bibilutin ang pinaloobang masa bago huhurnuhin. Gayon din bago ipaloob ang karne sa nasabing masa ay palalamigin munang mabuti.

Cabrito (a)

Mamantikaan ang kambeng matapos malinis at mapagpirapiraso; hahaluan ng̃ dinikdik na paminta at bawang na nilunaw sa suka at habayaang matirhan ng̃ kapatak na salsa

Cabrito (b)

Matapos malinis at mapagpirapiraso ang kambeng ay ilalagay sa isang kasirola na may kasamang dinikdik na *especias finas,* dalawang buting bawang at paminta na nilunaw sa kaunting tubig; pagkatapos ay papahiran ng̃ mantika ang kambeng at sa ibabaw nito'y ilalagay ang dinikdik bago iihaw.

Cabrito (c)

Pagkahiwa nito'y patitigasan at magmamantika ng̃ bawang, sibuyas at perehil; ihahalo na kasama ang kaunting dinikdik na *especias finas* doon sa kambeng at lulutuing magkakasama hanggang lumambot at lalagiyan ng̃ kapatak na tubig kung sakali't matuyô.

Caldereta de cabrito

Pagkalinis na mabuti ng̃ kambeng ay mamantikaan sa kawali, kapag namumula na'y hahang̃uin; isusunod ang tinadtad na bawang at sibuyas na hahang̃uin din kung luto na; pagkatapos, sa pinaghahang̃uang mantika nito, ay isusunod naman ang atay nḡ kambeng na kung lutu na rin ay hahanḡuin. Matapos maisagawa ang mḡa nabanggit ay ibubuhos sa isang palayok ang nalabing mantika; ilalagay ang hinanḡong kambeng, mḡa hiniwang sibuyas, tubig na kahustuhan at *vino blanco*, hahayaang maluto sa katatagang apoy, at kapag nanḡanḡalahati na ang pagkaluto, ay isasama ang mḡa dinikdik, na binubuo nḡ klabo, siling malaki at atay na mamantikaan. Pabayaan sa banaybanay na apoy hanggang lumambot ang kambeng at lumapot ang taglay na salsa.

Asadura de vaca.

Pagpuputulputulin at ilalagay sa isang kasirola, ang laman ó carné, hahaluan nḡ ilang pirasong *tocino* at kapag nagkukulay na ay hahaluan nḡ harena hanggang sa magkulay din, bago isasama ang sibuyas zanahoria, patatas at tubig at hahayaang kuluan sa loob nḡ dalawang oras at saka idudulot.

Conejo (a)

Magbubuhos nḡ katatagang dami nḡ mantika sa isang kawali, lalagiyan nḡ maraming sibuyas na pinirasong malalaki; kapag malambot nḡ maigi ay isasama ang koneho, titimplahan nḡ kaunting sukà, asin at tubig; pagkatapos ay lulutuin hanggang matirhan lamang nḡ kaunting sabaw.

Conejo (b)

Magmamantika nḡ bawang at isang pirasong laman nḡ tinapay na ito'y hahanḡuin pagkatapos maluto; isusunod ang koneho, kaunting sukà, dahon ng̃ laurel; hahaluan pamayamaya ng̃ mg̃a dinikdik na perehil, bawang, tinapay na minantikaan, kanela, klabo at saka hahayaang maluto

Conejo guisado

Matapos malinis at maalisan ng̃ balahibo ang koneho, ay pagpuputulputulin at ilalagay sa isang palayok ó kasirola na may aceiteng hilaw, perehil, bawang at paminta, pagkatapos ay lulutuin sa banaybanay na apoy, hahaluan ng̃ mainit na tubig at kapag nang̃ang̃alahati na ang kalutuan, ay lalagiyan ng̃ laurel, klabo, at pulbos ng̃ kanela, gayon din ng̃ *alcaparras* ó hiniwang dayap na magpapasarap sa ginisa.

Guisado de conejo

Magmamantika, ng̃ bawang at hahang̃uin pagkatapos; isusunod ang kaunting harena na mamantikaang maigi, hahaluan ng̃ suka at lulunawing mabuti; ihahalò pamayamiya ang koneho na inasnan at tuloy lalagiyan ng̃ dinikdik na klabo, kanela at paminta, at babayaan hanggang lumambot na mabúti ang koneho.

Conejo asado

Pagkaalis ng̃ balahibo at malinis ito, ay bibiyakin ang gawing tiyan aalisan ng̃ laman sa loob at saka tatahiin at isosoot sa duruan at igagapos na maigi ang mg̃a paa; pagkatapos ay papahiran ng mantika ang paligidligid at saka iihaw; pagkaluto'y hahanguin at ilalagay sa isang bandehado na may salsang may pamintang kahalo

Conejo á la Merengo

Pagkapiraso nito ay ilalagay sa isang kasirola na may tatlo ó apat na kutsarang *aceite,* asin, paminta, bawang at laurel; hahayaang maluto sa loob ng̃ labinlimang minuto at di papahing̃ahan ng̃ paghalo; pagkatapos ay bubusan ng̃ mantika at harena ang pinakasalsa ng̃ lumapot at sa kahulihulihan ay liligiran ng̃ kabuti at pipigaan ng̃ dayap kung idudulot na sa dulang ó mesa.

Liebre asada

Gagawing kaparis ng̃ koneho at pagkatapos ay gagawa ng̃ salsa na atay nito na dinikdik at niluto sa mantika na may dinikdik na bawang, sabaw at alak, kaunting asin, paminta, suka at pati dugo nito na tinigis ng̃ patayin; anopa't mangyayaring haluan ng̃ katiting na matamis kung ibig

Guisada de liebre

Pagpipirapirasuhin ng̃ di huhugasan, ilalagay sa isang palayok, hahaluan ng̃ perehil, sibuyas, bawang, kominos at oregano, hahaluan ng̃ *aceite,* suka at isang putol na *tocino* na tinadtad ng̃ maliliit, at di bubusan ng̃ tubig at lulutuin sa apoy na atay-atay.

Liebre guisada

Matapos, malinis at mapiraso ang hayop na ito, ay babasain ng̃ *vino blanco,* mamantikaan pagkatapos at pagkaraan ng̃ ilang sandali, ay ilalagay sa isang palayok na may kasamang *especias,* asin at dalawang buting paminta na dinikdik. Ang mantikang nalabi sa kawali ó sarteng pinagmantikaan ay siyang pagmamantikaan ng̃ sibuyas na maliliit na ihahalo sa nasa sa palayok, tuloy isasama ang alak na pinagbabaran ng̃ laman ng̃ liebre. Ang paggigisa ay nararapat patagalin ng̃ dalawang oras humigit kumulang.

Liebre (a)

Pagkatapos mababad ang laman nito sa *aceite* at katas ng̃ dayap, ay mamantikaan sa *aceite,* hahaluin, lalagiyan ng̃ kaunting suka at didikdikan ng̃ bawang, *especias finas* at siling malaki.

Liebre (b)

Pagkatapos malinis ang hayop na ito ay pagpuputulputulin at di huhugasan; ilalagay sa mantika at sasamahan pagkatapos ng̃ hiniwang pahaba ng̃ sibuyas, na di pakalulutuin ito, lulutuin ang atay ng̃ liebre at didikdiking kahalo ang *especias* at ilalagay sa palayok na kasama ang minantikaang laman ng̃ hayop na nabanggit at lalagiyan ng̃ kaunting *vino seco* hanggang maluto at lumambot. Anopa't kaiingat na dumami ang sabaw.

Guisado de cordero

Igigisa sa mantikang may kahalong bawang ang pirapirasong laman nḡ tupa, pagkatapos ay tatadtaran nḡ *hierba buena* at perehil, hahaluan nḡ *especias finas* at pamayamaya'y magbabati nḡ isang burok nḡ itlog at ihahalo dito at saka pipigaan nḡ katas nḡ dayap.

Carnero asado

Pakukuluan sa tubig na may mantika ang laman nḡ tupa; hahaluan nḡ isa ó dalawang dahon nḡ laurel at biniyak na dayap; kapag malambot nḡ maigi ay hahanḡuin at ilalagay sa isang pariliya at iihaw sa katatagang baga; at kapag natagalan nḡ kaunti ay ilalagay sa kawaling may isang kutsarang mantika, perehil, bawang at tinapay na durog hahaluan pagkatapos nḡ ilang buting paminta at tubig na pinaglabisang sa pagpapakulo at babayaan hanggang matirhan nḡ kaunting salsa.

Gallina en puchero

Matapos magawa at malinis ang inahing manok, ay ilalagay sa isang palayok, pagkaraang masagapan nḡ espuma ang dito'y pinakukuluang laman nḡ baka. Kapag ang lahat nḡ ito'y malambut na, ay hahanḡuin sa isang pinggan ang mḡa karne, manok at gulay na ihahalo, bubudburan nḡ kaunting asin ang manok at saka idudulot.

Gallina con cebolla

Maggigisa ng̃ sibuyas sa mantika ó *tocino,* na pinirasong maliliit, at pagmabuti na ang kulay, ay hahang̃uin at ilalagay sa isang pinggan, isusunod pagkatapos ang nilinis na manok, ng̃uni't kung ang naroroong mantika ay di sapat ay dadagdagan. Kapag ito'y lutu ng̃ maigi at nagtataglay ng̃ marikit na kulay ay hahang̃uin sa kawali; isusunod gayon din ang harena at maghahanda ng̃ pulang pang̃ulay gaya ng̃ atsuete na lulunawin sa kaunting sabaw at gagawing pinakasalsa, upang dito ilagay ng̃ pataob ang nabanggit na manok na may tocinong taglay; na parang mitsa, ng̃uni't maigsi gaya ng̃ lar. 8; pagkatapos ay lalagiyan ng̃ paminta at katiting na asin, kailan ma't kinakailang̃an, at makaraang kuluan minsan, ay hihinaan ang apoy upang untiunting maluto at di hahaluan ng̃ napakadaming salsa.

Upang mahustuhan ang paghahanda nito, ay maggigisa ng̃ bukod ng̃ maliliit na sibuyas na tinadtad na maigi, bubudburan ng̃-kaunting asukal at kapag nagbubutilbutil na ng̃ kaunti ay hahaluan ng̃ kaunting sabaw at lulutuing sarili ó bukod at sa oras ng̃ pagdudulot ay sasalain at ibubuhos sa ibabaw ng̃ manok na nakalagay sa isang bandehado at liligirin ng̃ anim na sibuyas na buo at binalukan.

Gallina rellena

Uunahin muuang ihanda ang relleno na binubuo ng̃ tatlong itlog na luto, *accitunas, chorizo,* hamon at *almendras* ó kaya *pasas.* Pagkatadtad na maigi at mahalo ang mḡa nabanggit ay ipaloloob sa manok na inalisan nḡ buto at saka tatahin nḡ upang sa init nḡ apoy ay huwag lumabas ang *relleno;* pagkatapos ay huhurnuhin ó kaya ilalagay sa isang duruan at iihaw ó kun dili kaya'y mamantikaan sa isang kawali at kapagnamumula nḡ mabuti at lutu na ay idudulot sa dulang ó mesa.

Ang ganitong paraan ay magagawa rin sa pabo ó sa alin mang may pakpak.

Guisado de pollos y gallinas

Magmamantika nḡ bawang at sibuyas at kapag namumula na'y hahaluan nḡ kaunting harena at saka isasama ang mḡa pinirasong manok; magdidikdik pagkatapos nḡ kanela at klabo na siyang ihahalo at hahayaang kuluan at pamayamiya'y sasamahan nḡ isang taling perehil; kung ang manok ay malambut na ay aawatan nḡ apoy at hahayaan sa darang nḡ baga hanggang sa oras nḡ pagkain.

Gallinas cocidas en el puchero

Maglalagay sa isang kasirola na nakapatong sa ibabaw nḡ isang palayok na pinagpapasinḡawan, nḡ *aceite*, tubig, suka, bawang, sibuyas na tinadtad, maraming paminta at asin; pagkaihaw na mabuti nḡ manok, ay huhugutin sa pariliya at pipirasuhin at bubusan nḡ pinasinḡawan sa kasirola at saka kakanin.

Guisado de gallina

Magmamantika nḡ bawang at kapag mapula na ay isusunod ang kamatis na tinadtad at inalisan ng̃ buto at katas, *especias finas* at gigisahin mabuti bago isasama ang manok at titimplahan ng̃ asin at saka hahaluin. Pamayamiya'y lalagiyan ng̃ kaunting tubig upang may pagkalutuan at pababayaang kuluan hanggang lumambot at matirhan ng̃ kaunting salsa.

Gallina estofada

Pipili ng̃ isang mabilog at matabang manok, hihimulmulan at sasalabin, aalisan ng̃ mg̃a laman sa loob at mg̃a buto sa pamamagitan ng̃ isang matalim na kutsiliyo; pagkatapos ay maghahanda ng̃ tinadtad na pino ng̃ laman at taba ng̃ bulo ó bakang sariwa ó kaya'y ng̃ baboy at *tocino* na magkasindami; gayon din ng̃ isang putol na hamong hilaw na tinadtad din, kaunting laman ng̃ tinapay na pinalambot at pinatiti, isang dampot na sibuyas at perehil na kapuwa tinadtad. Matapos paghaluin at magkamasamasa ang mg̃a nabanggit, ay ipaloloob sa manok at tatahin ang lahat ng̃ hiwa ó biyak na tinataglay ng̃ sa ganitong paraa'y huwag sumabog ang nasa sa loob.

Pagkaraang maisagawa ang lahat ng̃ ito, ay magtutunaw sa isang kasirola ng̃ 250 gramo na tinadtad ng̃ *tocino*, ilalagay ang manok at pababayaan sa apoy hanggang magtaglay ng̃ mamulamulang kulay ang boong paligidligid ng̃ balat. Pagkatapos nito ay sasamahan ng̃ isang sang̃ang perehil, isang pusong bawang, isang dakot na kabuting tuyo, isang kamatis na malaki na piniraso ng̃ apat na bahagui, ilang *especias* at sa katapustapusa'y hahaluan ng̃ dalawang paang malinis ng̃ bulo ó baka at hahayaang maluto sa loob ng̃ dalawanpung minuto. Ang lahat ng̃ ito'y matapos maisagawa, ay bubusan ng̃ isang basong *vino blanco* at sa unang pagkulo, ay tatabunan ang palayok ng̃ abong mainit hanggang umabot sa gawing liig nito; tatakpan pagkatapos ng̃ isang pinggan na may tubig at pagkaraan ng̃ tatlo ó apat na oras bago kumulo, ay ihahalo ang mg̃a labinlimang sibuyas na maliliit at isang malaking zanahoria na pinutol, anopa't patuluy din ang pagpapakulo hanggang malutong mabuti.

Pagkatapos ng̃ lahat ng̃ nabanggit, ay hahang̃uin ang manok at patititiin at saka ilalagay sa isang bandehado na ligid ng̃ gulay na taglay, bubusan ng̃ sabaw na pinaghang̃uan matapos maalisan ng̃ linab ó mantika at tuloy sasangkapan ng̃ mg̃a iba pang pangpalasa.

Gallina dorada

Matapos maluto sa isang palayok na nasasangkapan ng̃ asin, paminta, *especias* at sibuyas ang manok, ay babalutin ng̃ *tocino*, ilalagay sa duruan at iihaw sa atayatay na baga; kapag nang̃ang̃alahati na ang pagkaluto, ay aalisin ang *tocino* na nakababalot upang yaon ay magkaroon ng̃ mabuting kulay, papahiran ng̃ binating burok ng̃ itlog at kapag idudulot na'y sasamahan ng̃ kanela't asukal.

Guisado de gallina

Pagkalinis na mabuti ng̃ manok ay pagpipirasuhin at igigisa sa perehil, sibuyas na tinadtad at bubusan nḡ kaunting sabaw; kapag lutu na ay lalagiyan nḡ kaunting sukà at alak na mabuting kiyas; titimplahan nḡ *especias* at lalagiyan kailan ma't kakailanḡanin nḡ *acederas*, at kaunting gulay.

Capon en escadrón

Maglalagay nḡ mantika sa isang kawali na may kahalong maraming sibuyas at perehil na tinadtad at kapag lutu na ay ilalagay ang kapon at hahaluin nḡ kaunti, pagkatapos ay ilalagay sa isang palayok na may kaunting tubig, ilang buting bawang, dalawang dahong laurel, paminta, kanela at klabo, asing kahustuhan at kapag malambut na ay hahanḡuin. Bago idudulot ay magtutusta nḡ tinapay, babayuhin at ibubudbud at saka pakukuluan nḡ kaunti.

Tortilla de riñones

Kukuha nḡ bato nḡ baka ó bulo, aalisan nḡ bumabalot na lamad at lilinising mabuti ang loob; pagpipirapirasuhing maliliit; maglalagay nḡ mantika sa kawali at kapag kumukulu na ay ihuhulog ang nabanggit na bato, lulutuin sa apoy hanggang matigang nḡ kaunti, pagkatapos ay bubusan nḡ tinunaw na mantika at biglang hahanḡuin at bubudburan nḡ tinadtad na sibuyas at perehil. Makaraan maisagawa ang lahat nḡ nabanggit, ay magpapakulo nḡ mantika sa isang kawali na isandaang gramo ang dami, lalatagan nḡ binating sampung itlog at dito ipaloloob ang batong hinanḡo.

Higado de ternera en biftec

Ilalagay sa mantika ang ilang pirasong atay ng̃ baka, pababayaang limang minuto bago bibiling̃in at lima rin bago ulitin, pagkatapos ay ilalagay sa ininit na bandehado na may mantika, perehil, asin, paminta at kaunting tinadtad na sibuyas na mura; at kung inaakalang dapat ng̃ lagiyan ng̃ suka ó katas ng̃ dayap ay lalagiyan.

Higado de ternera á la campesina

Matapos mamitsahan ang atay ng̃ baka, ay pakukuluan ó lulutuin sa tubig na may halong paminta, asin at laurel; nararapat patagalin sa dalawang oras at kalahati at makaitlong bibiling̃in ó hahaluin sa paggigisa

Higados de gallina fritos

Pagkalinis na mabuti ng̃ mg̃a atay ng̃ manok ay gigisahin at pagkatapos ay babalutin ng̃ harena, babatihan ng̃ itlog at mamantikaang parang impanada at saka ilalagay sa isang pinggan at kung idudulot na ay lalagiyan ang paligidligid ng̃ biniyak na dayap.

Sesos á la mayonesa

Pagkabanli ng̃ utak at malinis ay palalamigin; ilalagay sa isang bandehado, na may letsugas at ilang pirasong itlog na luto, at sa ibabaw ay ibubuhos ang salsa mayonesa.

Sesos en ensalada

Matapos magawa nğ gaya nğ nabanggit, ay ilalagay sa isang pinggân ó bandehado, liligiran nğ letsugas at itlog na buo at sa oras nğ pagdudulot at bubusan nğ salsa mayonesa. Tingnan ang lar. 9.

Pollo

Maglalagay nğ mantika sa kawali, mamantikaan ang bawang at laman sa loob nğ sisiw, pagkatapos ay hahanğuin, isusunod ang *especias finas* at lalagiyan nğ tubig at kapag kumukulu na ay ilalagay ang sisiw at hahayaang kuluan, isasamang didikdikin ang hinanğong-laman sa loob at hahayaan hanggang lumapot ang salsa at lumambot ang sisiw.

Guisado de pollo

Ilalagay sa isang kawali ang mantika at hahaluan nğ bawang, kaunting sibuyas at katiting na perehil; pagkatapos ay isasama ang pinirasong sisiw, hahaluin at saka bubusan nğ tubig hanggang lumambot.

Bago idudulot sa mesa ito, ay babatihan nğ dalawang burok nğ itlog at kaunting mehorana at hahayaang maluto at lumambot ang sisiw.

Pollos con tomates (a)

Magmamantika nğ maraming kamatis na inalisan nğ buto at tinadtad, isusunod ang sibuyas at kapag nalulutu na ay ilalagay ang sisiw, at bubusan nḡ mainit na tubig hanggang lumambot ang niluluto, iingatang babantuan untiunti nḡ tubig kung natutuyan hanggang sa malutong mabuti ang sisiw at matirhan nḡ katatagang dami nḡ salsa.

Pollos con tomates (b)

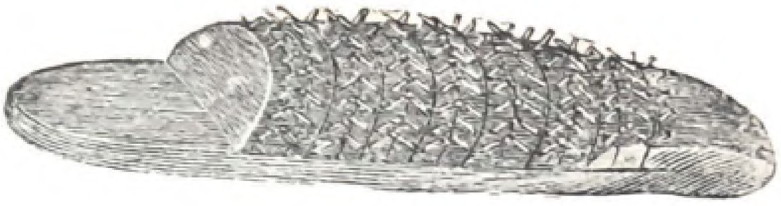
Kapag mainit na ang mantika ay igigisa ang tinadtad na maliliit na bawang, at kapag nanḡanḡamuy na ay isusunod ang kamatis na tinadtad din at inalisan nḡ balat at saka asin, kung ang lahat na ito ay gisá na, ay ilalagay ang pinirasong sisiw at hahaluan nḡ tubig na mainit upang lumambot at sa katapustapusa'y bubudburan nḡ kaunting niligis na paminta.

Pichones (a)

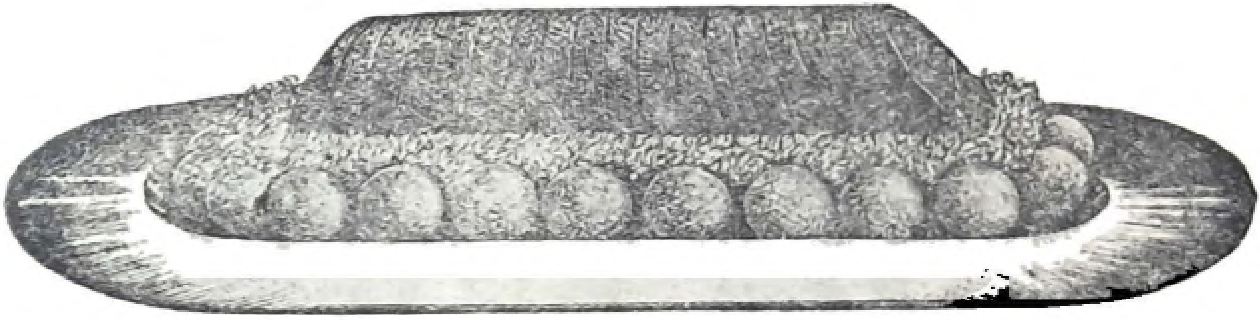
Ilalagay ang nilinis na pitson sa palayok na may tubig at asin lulutuin at hahaluan nḡ *especias finas* at kapag malambot nḡ maigi ito ay bubusan nḡ mantika hanggang matirhan nḡ katiting na sabaw.

Pichones (b)

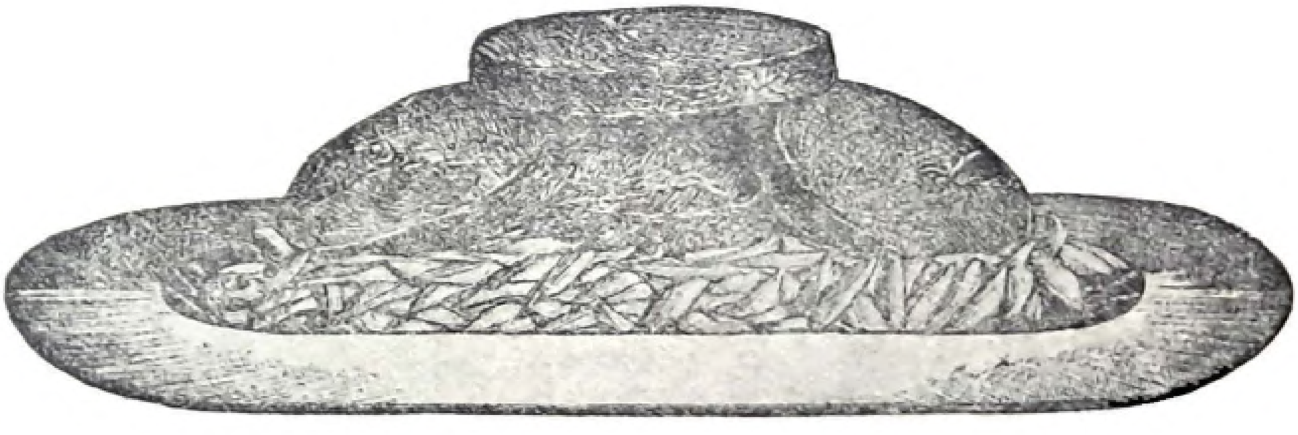
Ilalagay sa isang kawali ang katatagang dami nḡ mantika, pagkatapos ay huhulugan nḡ kapirasong tinapay, mḡa atay nḡ pitson at ilang buting bawang, kapag lutu nḡ mabuti ay hahanḡuin at ibubukod. Sa nalabing mantika, ay ilalagay ang pinirasong pitson, hahaluan nḡ kapatak na *vino blanco*, kapag



Larawan (III) Aniyo ng̃ *Rosbif* matapos mahiwà at mamitsahan.



Larawang (VI) Ang aniyong tinataglay ng̃ lutuing COCIDO EN PEREJIL, matapos maisaayos sa pinggang kinalalagiyan.



Larawang (VII) Aniyong tinataglay ng̃ lutuing BIFTEĆ CON CEBOLLAS, matapos maisaayos sa pinggang paglalagiyan.

ito'y nagkukulay ng̃ maigi, ay sasamahan ng̃ kaunting tubig upang lumambot

Makaraan ang ilang sandali ay didikdikin ang hinang̃ong bawang tinapay at atay na may kahalong kaunting pulbos ng̃ kanela at pamintang ligis, at saka lulunawin sa tubig na ihahalo pagkatapos sa nasa sa kawali at pakukuluan hanggang lumambot na mabuti.

Pichones (c)

Maglalagay ng̃ mantika sa isang balang̃a ó kawali na kapag mainit na'y huhulugan ng̃ dalawa ó tatlong buting bawang at ilang pirasong tinapay na kapag nagtataglay na ng̃ mabuting itsura ay hahang̃uin; pagkatapos ay isusunod ang pitsong buo ó piniraso, pamumulahin sa mantika, hahaluan ng̃ kaunting paminta at katiting na klabo at saka sasabawan ng̃ tubig na mainit; kapag kinukuluan na ng̃ ilang sandali, ay isasama ang mg̃a hinang̃ong bawang at tinapay na dinikdik na mabuti at nilunaw sa kaunting tubig na mainit, asin at hahayaang maluto hanggang lumambut na maigi.

Pichones á la catalana

Matapos mahimulmulan at malinis at mapagtalitali ang apat na pitson, ay ilalagay sa isang kasirola na kalakip ang mg̃a laman sa loob; lalagiyan ng̃ kaunting mantika ng̃ baboy ó baka at dalawandaang gramong tabang inasnan na pinagputolputol ng̃ maliliit; ilalagay pagkatapos sa apoy upang lutuin ang mg̃a nasabing pitson ó inakay ng kalapati sa loob ng̃ walo ó sampung minuto; hahaluan pagkaraan ng̃ dalawa ó tatlong sibuyas na tinadtad at isang sang̃ang perehil; lalagiyan ng̃ asin at saka hahaluin, hanggang matuyutuyu ng̃ kaunti; tatakpan pagkatapos at tatabunan ng̃ abong mainit, lalagiyan ng̃ baga sa ibabaw at hahayaang maluto sa ganitong kaparaanan ang mg̃a pitson at manakanakang bibiling̃in.

Matapos na mahang̃o ang mg̃a ito, ay pagtataliin ilalagay sa isang bandehado at liligirin ng̃ mg̃a isinangkap na gulay at bubusan ng̃ sabaw na pinaghang̃uan matapos maalisan ng̃ linab ó mantikang tinataglay.

Pichones á lo marqués

Matapos mapili ng̃ boong ing̃at ang mg̃a pitson ay papahiran ng̃ katas ng̃ dayap; iluluto ng̃ bahagiya sa mantika na di babayaang magtaglay ng̃ malabis na kulay; pagkatapos ay ilalagay sa isang kasirola na may kalakip na *tocino*: ibubuhos gayon din sa ibabaw ng̃ niluto ang pinaghang̃uhang mantika; lalagiyan ng̃ mg̃a hiniwang *tocino* at saka tatakpan at kapag malambut na ay iaayos sa isang bandehado, lalagiyan sa pagitan ng̃ sugpong ng̃ hipong uluhang luto at lalakipan ng̃ salsa Tingnan ang lar. 10.

Perdices estofadas

Matapos malinis at maalisan ng̃ laman sa loob ang mg̃a pugo ay ilalagay sa pariliya at iihaw, pagkatapos ay ililipat sa isang kasirola na may *aceite*, perehil, dahong laurel, asin, hiniwang dayap ó suhà bawang at tubig ó alak. Kapag inaakalang lutu na ang mĝa nabanggit ay nawatan nĝ gatong at ilalagay sa isang bandehado, kalakip ang mĝa isinangkap.

Perdices á la catalana

Pagkalinis nĝ mĝa pugo ó nĝ alin mang may pakpak, ay paloloban, matapos maalisan nĝ laman sa loob, nĝ mĝa ibong pinalooban nĝ mĝa tinadtad na laman at taba nĝ hamon ó kun dili kaya nĝ baka at baboy na ginisang na una; tatahin upang huwag lumabas ang rellenong mĝa ibon at mamantikaan nĝ bahagiya sa *tocino*; pagkaraang magawa ito ay iluluto sa kawali ó kasirola na may kaunting tubig, asin, paminta, ulo nĝ klabo at laurel. Pagka may limang minuto nĝ kinuukuluán, ay hahaluan nĝ salsa na binubuo nĝ harenang tustado, binating mĝa itlog at kaunting sukang may kahalong kapatak na tubig at hahayaang kuluan hanggang lumapot ang sabaw.

Perdices a la americana

Pagkaraang maihanda at malinis ang mĝa pugo ay paloloban nĝ taba nĝ baka, kaunting asing ligis at tatlo ó apat na butil na paminta. Matapos mamantikaang maigi sa *aceite*, ay lalagiyan nĝ kaunting tubig na may asin, hanggang matakpan nito ang mĝa pugo, at hahayaan kumulo nĝ kumulo hanggang sa matuyo ang tubig na tinataglay at kapag namantikaan nĝ maigi sa sariling mantikang lumalabas ay lalagiyan nĝ salsa na binubuo nĝ kalahating *cuartillo* na gatas dalawang burok nĝ itlog at dalawang *onza* na sikulating giniling na pino.

Ang lutuing ito,y idinudulot nĝ mainit.

Perdices de regalo

Lulutuin ito sa tubig na may kahalong asin, sanga ng *tomillo*, laurel, bawang at pamintang buo; pagkatapos ay sasalain ang sabaw ng upang mawaglit ang mga isinangkap na sanga at ibp; gigisahin sa mantika ang mga hinangong pugo at kapag kumukulo ng maigi ay ihahalo sa salsang itinaan ng bukod, binubuo ng mga binating itlog, harenang tinusta, katas ng suhà at sikulate, anopa't ang dami nitong dalawang nabanggit sa huli, ay sa bawa't isang pugo ay ang lahat ng katas ng isang suha at kalahating *onza* ng sikulate ang ihahalo. Pagkaraang makuluan ito sa loob ng labindalawang minuto ay hahanguin at idudulot.

Pichones en salsa

Matapos maalisan ng laman sa loob ang mga pitson, ay ilalagay sa mantika hanggang mamulang maigi, hahaluan ng kaunting kamatis, babantuan ng tubig at dalawang tasitang sabaw; didikdikin ang mga inalis na laman sa loob na may kalakip na *especias*, bawang at lamang binayo ng tinapay; lulunawin ang mga ito sa sabaw bago ibubuhos sa mga pitson at hahayaang kuluang sandali.

Patos con nabos

Maglalagay sa isang kawali ó kasirola ng isang pirasong *tocino*, sabaw ng putsero, perehil sibuyas na tinadtad, mga klabo at laurel, ilalagay dito ang pato, matapos malinis at maalisan ng bituka, at hahayaang maluto; gagawang bukod ng̃ salsa na minangtikaang nabo, *vino blanco,* harena, klabo, pamintang buo, isang sibuyas na tinadtad, psrehil at sabaw ng̃ nilulutong pato at siyang isasama bago kanin.

Pavo estofado

Upang magdudulot ng̃ lahat ng̃ mg̃a bagaybagay na kinakailang̃an ang lutuin ito, ay nararapat pumili ng̃ malaki at di lubhang katandaan ng̃ hayop na tinutukoy. Pagkalinis na maigi at masalab ang isang pabo, ay hahatiin ng̃ dalawang bahagi; paghihiwalayin ang dalawang hita sa kinasusugpung̃an; mimitsahan sa kalamnan at saka tatalian. Puputulin pagkatapos ang patindig ng̃ katawan na nagagawi sa sikmura, pipirasuhin ng̃ dalawang bahági, mimitsahan ang gawing pitso at titimplahan ng̃ asin at paminta.

Makaraang maisagawa ang ganitong mg̃a kapaaraanan, ay magtutunaw sa isang palayok ng̃ 300 ó 400 gramo na *tocino* na tinadtad ó kaya ng̃ katatagang dami ng̃ mantika sa lugar ng̃ nabanggit; ihuhulog ang mg̃a pinirasong laman ó kaya ang mg̃a hita, patindig ng̃ katawan, sikmura, liig mg̃a paa at kikin ng̃ pabo; hahayaang mamula sa loob ng̃ dalawanpung minuto sa atay-atay na apoy, hahaluing maminsanminsan; sasamahan ng̃ isang pirasong buto ng̃ hilaw na hamon, *especias*, isang *zanahoria* at sa kahulihuliha'y isang paang nilinis ng̃ bulo. Ang patindig ng̃ katawan sampu ng̃ sankap na gulay; ay nararapat ilagáy sa ilalim ng̃ palayok ó marmita; ang gawing dibdib ó sikmura ay sa ibabaw, at sa paligid nito'y ang mg̃a hita at ibang bahaging nalalabi na lalakipan ng̃ hamon. Gayon din ang sikmura ó pitso ay nararapat balutin nğ malalapad na hiwa nğ *tocino* at bubusan ang lahat nğ nalululan sa palayok nğ *vino blanco*; at kaunting *aguardiente* hanggang umabot sa ikatlong bahagi nğ taas nğ pağkakasalansan sa palayok nğ mğa lamang nabanggit nğ pabo.

Pağkatapos mapakuluan ang lahat na ito, ay ilalagay sa init nğ abo na tatabunan hanggang umabot sa kalahati nğ taas nğ palayok; tatakpan nğ isang papel at sa ibabaw nito'y ilalagay- ang pinggang may kaunting tubig at pabigat upang sa ganitong paraa'y lumapat na maigi.

Makalipas ang tatlong oras nğ pagkulo; ay huhulugan nğ tatlumpu at anim na sibuyas na hilaw at hahayaang kuluan nğ kuluan nğ banayad.

Sa oras nğ pagdudulot nğ lutuing ito, ay pati titiing mabuti ang mğa hita at sikmura nğ pabo; ilalagay sa isang bandehado na nasa ibabaw ang nasabing sikmura sa mğa hita at sa paligidligid ay ang mğa ibang bahagi kalakip ang mğa sibuyas; sasalain pagkatapos ang sabaw, aalisan nğ taglay na linab; hahaluan nğ ilang kutsara nğ salsang kamatis at kaunting tinunaw na mantika bago ibubuhos sa nasa sa bandehado.

Apretada

Maghihiwa nğ katatagang laki nğ laman nğ baka at baboy, gigisahin sa mantika na may kahalong sibuyas na hiniwang malalaki, kamatis, papas, at siling malaki na inalisan nğ buto; lalagiyan nğ katatagang dami nğ sabaw at hahayaang lumambot ang mğa karne, hahaluan ng̃ paminton, asin at binayong tinapay, kapag inaakalang lutu na at malalambot pati ng̃ papas at sili at malaput na ang salsa ay hahang̃uin.

Ang laman ó karne ay kinakailang̃an na aasnang bahagiya bago iluluto.

Guisado de carne con patatas

Patatalaban ng̃ kaunting alat ang laman ó karné bago gigisahin sa mantika na may kahalong bawang; kapag inaakalang nang̃ang̃alahati na ang kalutuan ng̃ karne ay saka isasama ang papas na pinag-apat naputol, lalagiyan ng̃ kaunting sabaw ng̃ putsero at hahaluan ng̃ paminton, isang dahong laurel at binayong tinapay at hahayaang hanggang lumambot ang karné at lumaput ng̃ unti ang salsa.

Menudo

Pagpipirapirasuhin ng̃ maliliit ang mg̃a laman sa loob, gaya ng̃ puso, kikin atay ng̃ manok ó baka; maggigisa ng̃ sibuyas na kapag nagkakaron ng̃ kulay, ay isasama ang mg̃a hiniwang nabanggit na laman sa loob; titimplahan ng̃ kaunting *mantequilla* at hahaluin; pagkatapos ay bubusan ng̃ kaunting sabaw ng̃ putsero at hahayaang lumambot sa banayad na gatong. Kapag nang̃ang̃alahati na ang kalutuan, ay isasama ang mg̃a hinimay na garbansos, papas na hiniwang maliliit na parisukat at gisantes; lalagiyan ng̃ bahagiyang asin at saka hahayaang lumambot ang mg̃a laman sa loob, sampu ng̃ mg̃a isinangkap.

Adobo

Pipirasuhin ng̃ katatagang laki ang laman ng̃ baboy ó baka na may kahalong taba at laman, patitigasan sa kaunting tubig at suka na may asin at dinikdik na bawang, hahayaang matuyo at labasan ng̃ mantika. Kung ibig magtaglay ng̃ sabaw, ay maglulunaw ng̃ atsuete sa tubig na siyang isasabaw at hahayaang kuluan sandali bago hahang̃uin.

Filete relleno

Kukuha ng̃ laman ng̃ baka hihiwaan sa isang gilid at palolooban ng̃ tinadtad na karne na parang albondigas, taglay ang mg̃a sangkap na dapat isama ayon sa kagustuhan ng̃ tagapaglutò; pagkatapos ay tatahin upang huwag lumabas ó sumabog ang nasasaloob. Ilalagay sa isang kawali na may mantika, lalagiyan ng̃ kaunting sabaw at hahayaang maluto at magkulay, pamiyamiya'y ilalagay ang mg̃a dahong laurel at ilang zanahoria na pinagputolputol ng̃ papahaba, ilang hiniwang sibuyas at asing nauukol at lulutuin hanggang lumambot.

Riñones con tomates

Patitigasan sa tubig na may asin ang mg̃a bato ng̃ baka ó baboy at kapag malambut na ay pipirasuhing paputol, gigisahin sa mantika na may maraming kamatis at pagkatapos ay lalagiyan ng̃ sabaw ng̃ putsero ó tubig na mainit, pakukuluin at hahayaang maluto hanggang matuyo ang sabaw at martir han lamang ng̃ kapatak na salsa.

Riñones en ajo de pollo

Magmamantika ng̃ laman ng̃ tinapay at hahang̃uin pagkatapos ay didikdikin; sa mantikang pinaghang̃uan, ay ihuhulog ang mg̃a biniyak na bawang, hahaluan ng̃ perehil na tinadtad at hahaluin na di titingang̃in; isasama pagkatapos ang mg̃a hiniwang pabilog na bato ng̃ baboy ó baka, matapos mapakuluan sa tubig na may asin, titigang̃in ng̃ bahagiya, ibubuhos sa ibabaw ang binayong tinapay na nilunaw sa sabaw upang lumambot at may pagkalutuan at tuloy pipigaan ng̃ kaunting dayap bago hahang̃uin at idudulot sa mesa ó dulang.

Tortas de hígados

Tatadtaring maliliit ang atay at hahaluan ng̃ *tocino*, sibuyas at perehil na kapuwa tinadtad din asin, dinikdik na paminta at klabo; babalutin pagkatapos ang pinagmasang ito ng̃ paniyupaniyuan ó tabang bumabalot sa paligidligid ng̃ bituka ng̃ baboy, ilalagay sa isang kawali ó *cazuela* na may kaunting mantika at lalagiyan sa ibabaw at ilalim ng̃ apoy sa tagal na isang oras at kalahati humigit kumulang upang lumambot na mabuti at maluto. Anopa't ang lutuing ito'y maaring gawin sa lomo ng̃ baka sa lugar ng̃ nabanggit, datapuwa't di sasamahan ng̃ sibuyas at papalitan ng̃ bawang at hahayaang matagal ng̃ kaunti sa apoy di gaya ng̃ atay.

Cari (a)

Magtatadtad ng̃ sibuyas at ihahalo sa mantika hanggang lumambot at magkulay; hahaluan ng̃ isang kutsarang *polvos de cari*, habaluin lagi na ng̃ kutsara at kapag ang mg̃a nasabing pulbos ay lunaw ng̃ maigi ay babantuan ng̃ isang tabong tubig at isang basong gata.

Ang sisiw mg̃a hipon ó yaong mg̃a ihahalo ay lulutuin dito at hahayaang kuluan ng̃ kuluan hanggang matirhan lamang ng̃ may mg̃a isang basong sabaw at pagkatapos ay. lalagiyan ng̃ kalahating kutsarang dayap.

Cari (b)

Ilalagay sa isang palayok ang mg̃a bituka at goto ng̃ baka ó kaya buntot, hahayaang kuluan ng̃ kuluan hanggang lumambot, sasamahan ng̃ talong, sitaw, bataw at iba pang gulay na ibigin; pagkatapos ay maglalagay sa kawali ng̃ mantika at gigisahin dito ang mg̃a lamang nasa sa palayok; maglulunaw ng̃ atsuete sa sabaw na pinaglagaan ay siyang isasabaw; hahaluan ng̃ dinikdik na magkasing dami na bigas at maning binusa; titimplahan ng̃ kaunting asin at hahayaang kuluan hanggang lumambot.

Ang sawsawan nito ay maggigisa ng̃ bagoong na alamang na may katiting na nilunaw na atsuete upang magtaglay ng̃ kulay.

Tinola

Lilinising maigi ang manok, sisiw ó kapón; pag pipirapirasuhin nğ katatagang laki; ang gawing hita at pakpak ay di sisirain at buong lilinsarin sa mğa sugpunğan. Pagkatapos ay maglalagay sa isang kawali ó sarten nğ mantika at huhulugan nğ ilang dinikdik na bawang na kapag nangangamuy na, ay isusunod ang mğa pinirasong manok, hahaluing mabuti, subali't di lulutuing lubha sa mantika na kinalalagiyan; makaraang maisagawa ito, ay hahanğuin at ililipat sa isang *caldera* ó palayok, bubusan nğ katatagang dami nğ tubig at hahayaang maluto sa atayatay na apoy. Kapag malapit nğ maluto, ay sasamahan nğ hiniwang kátatagan nğ papas matapos matalupan at hahayaang lumambot at sa katapustapusa'y titimplahan nğ kaunting asin bago hahanğuin at idudulot.

Carne asada

Pipili nğ lamang malambot nğ baka, gaya nğ lomo, pipirasuhing manipis at katatagan ang laki, ilalagay sandali sa kawaling may kaunting mantika at toyò, at kapag napapawi na ang mapulang kulay na tinataglay nğ nasabing laman ay hahanğuin at ilalagay sa isang pinggan at pipigaan nğ dayap.

Picadillo

Magtatadtad nğ laman nğ baka at gigisahin sa mantika na may ilang buting bawang at sibuyas na tinadtad, hahaluin hanggang lumambot nḡ bahagiya; pagkatapos ay maghihiwa nḡ papas na pagpipirapirasuhing maliit na parisukat at ihahalo; lalagiyan nḡ sabaw, kaunting asin at pamintang ligis at hahayaang kuluan at maluto ang papas bago hahanḡuin. Sa lugar nḡ papas ay mangyayaring palitan nḡ upo kung sakali't napapanahon.

Jamón cocido (a)

Pagkaputol nḡ paa nḡ hamon, ay ibababad sa tubig sa loob nḡ dalawang oras, anopa't minsang maghahalili nḡ tubig, lilinisin ang mḡa dumi; ilalagay sa isang taliyasi na may tubig, gagatunḡang mabuti; kapag inaakalang lutu na ay hahanḡuin, babakbakin ang balat at ilalagay sa isang kawali na may isang boteng *vino blanco*, kaunting asukal, laurel, kanela at klabo at hahayaan hanggang matuyo.

Jamón cocido (b)

Matapos mababad sa tubig na malamig, ito ay babalutin sa kapirasong basahan bago pakukuluan sa isang taliyasi na may tubig, alak, sibuyas at laurel. Pagkaraang makuluan sa loob nḡ lima ó anim na oras, at kapag maakalang lutu na, ay hahanḡuin ang hamón, palalamigin, aalisan nḡ balat at bubudburan nḡ asukal bago dadaanan nḡ siyansing ibinaga ayon sa kaibigan nḡ kumakain

Jamón asado

Kung malinis na at mababad ang hamón ay ilalagay sa isang pasó na may sibuyas, laurel, at *vino blanco* at hahayaang mababad sa loob ng̃ isang araw, tatakpang maigi ng̃ upang huwag simingaw at pagkaraan nito'y hahang̃uin ang hamón at ilalagay sa isang duruang malinis at iihaw, babasaing maminsanminsan ang paligidligid samantalang nasa sa baga ng̃ pinagbabaran; kapag inaakalang lutu na ay hahang̃uin, aalisan ng̃ balat at bubudburan ng̃ tinapay ó kaya asukal kung ibig

Salchichas

Pipili ng̃ mabuting kiyas na laman ng̃ baboy at taba; tatadtarin kapuwa, titimplahan ng̃ asin, paminta, kanela, klabo, kaunting oregano at *cominos* na paraparang tinusta at kaunting pamintang durog; pagkatapos pagmasahing mabuti ay babayaang ilang sandali ó isang araw bago isisilid sa tuyung bituka ng̃ baboy.

Kung ibig maing̃atang matagal ay babanlian at hahayaang sandali sa hurnó.

Salchichas ordinarias

Upang maihanda at maisagawa ito, ay kukuha ng̃ isang kilogramong laman ng̃ baboy sa gawing liig at kaisang dami ng̃ tabang sariwà, tatadtaring maliliit, hahaluan ng̃ ilang kutsarang tubig na malamig; titimplahan ng̃ asin at *especias finas*, pagkatapos ay isisilid sa bituka ng̃ baboy na nilinis at pinatuyo makaraang mamasang maigi ang tinadtad.

Kung matapos maisilid na, ay tatayahin ang haba saka pupunggusin ang magkabilang dulo at puputulin; bago iluto ay hahayaang kalahating araw ó labiudalawang oras na nakalantad sa pook na nahahanginan.

Salchichón

Kukuha ng laman ng baboy na apat na bahagi at isa ng taba, tatadtaring maliliit at mamasahin, hahaluan ng katatagang dami ng buong paminta. at kaunti ng dinikdik, at asin.

Makaraan ang dalawang oras, ay isisilid sa malaking bituka na malinis at basa ng kaunting *vino blanco;* pagsusumikapang siksikin at puputulin sa katamtamang haba, bago paaasuhan at ilalagay sa pook na nahahanginan.

Salchichón crudo á la Italiana

Pipili ng laman ng baboy sa gawing likod, aalisan ng litid at mga lamad; kukuha pagkatapos ng tabang maputi sa daming isang bahagi nito at dalawa noon; tatadtaring maigi at titimplahan ng pamintang ligis at buo at nitro ó salitreng durog, subali't huwag napakadami ng asing ihahalo upang ang salchichon ay huwag paalat

Pagkatapos ay babalutin sa basahan at isasabit upang tumiti sa boong sangaraw; makaraan ito, ay isisilid sa malinis na bituka ng baka, duduruin ng ispile upang lumabas ang hanging nabibinbin sa loob, sisiksiking mabuti at saka tatalian ang magkabilang dulo at bababarin sa maalat na tubig sa loob ng walong araw. Makaraan ito, ay kukunin at patititiin, ibibitin sa asuhan hanggang matuyo ang pinagsiglang bituka; pagkatapos ay ilalagay sa isang pook na nahahanĝinan at tuyo at sa loob nĝ dalawang buwang magawa ito ay saka kakanin nĝ hilaw ang nasabing salchichon nĝ putolputol.

Salchichón de Lyon

Kukuha nĝ walong librang baboy at apat nĝ lamang malambot nĝ baka; aalisan nĝ mĝa litid at pagpuputulputuling maliliit; titimplahan nĝ asin, pamintang ligis, *15 adarmes* (1) na nitro ó salitreng pinulbos; babayuhing untiunti sa isang malinis na lusong hanggang maguing pasta at ilalagay pagkatapos sa isang kamaw Matapos maisagawa ito ay hahaluan nĝ isang dakot na pamintang buo at tatlong librang *tocino* na pinaghiwahiwa nĝ maliliit at parisukat; mamasahing maigi at saka ilalagay ó isisilid sa malalaking bituka nĝ baka anopa't sisiksiking mabuti at duduruin nĝ ispile upang suminĝaw ang hanĝing nasa sa loob bago tataliang mahigpit ang magkabilang dulo.

Pagkatapos ay ilulubog sa isang babarang tubig at asin na may halong alak at ilang mababanĝong damo, gaya nĝ laurel, *romero* at ibp., hahayaang matagalan sa loob nĝ walong araw na panay bago kukuning at papahiran ang paligidligid nĝ latak nĝ alak at isasabit upang mahanĝinang ilang araw at matuyo.

Sa katapustapusa'y babalutin nĝ palara at ilalagay sa pook na nahahanĝinan nĝ bahagiya at pagkaraan nĝ dalawang buwan sa ganitong kaparaanan, ay mangyayaring kanin nĝ hilaw.

---

(1) Ang isang adarme ay katimbang nĝ 179 centigramong bigat.

Salchichón de Bolonia

Titimplahan ng̃ asin at kaunting salitre matapos maalisan ng̃ mg̃a litid at balat ang sampung librang laman ng̃ baboy na tinadtad na kasama ang dalawa't kalahati ng̃ tabang puti; babayuhin ito at unti-unti sa isang lusong hanggang maging itsurang masa sasamahan ng̃ buong paminta at dalawa ó tatlong librang taba na pinagpirapiraso ng̃ maliliit at parisukat ilalagay pagkatapos sa isang malinis na basahan at isasabit hanggang kinabukasan upang tumiti. Matapos maisagawa ang lahat ng̃ nabanggit ay maglilinis ng̃ mg̃a pantog ng̃ baboy at dito isisilid ang *salchichón* at sisiksiking mabuti at duduruin ng̃ ispile upang lumabas ang nasa sa loob na hang̃in; tatalian sa pinakabung̃ang̃a, at saka bababarin sa maalat na tubig sa loob ng̃ sampu ó labindalawang araw, bago hahang̃uin at isasabit sa asuhan ng̃ apat ó limang araw. Pagkaraan nito, ay ililipat sa pook na nauukol ng̃uni't bago kakanin ay lulutuin muna sa apoy sa tagal na tatlo ó apat na oras ayon sa kapal ng̃ hiwang tinataglay.

Salchichón de Vich

Pagkapili ng̃ mabuting kiyas na laman ng̃ baboy ay tatadtarin at sasamahan ng̃ taba ng̃ tinadtad din; titimplahan ng̃ asin, kanela at paminta; didikdikin hanggang maging tila pasta, ilalagay sa isang kamaw at mamasahing maigi sa loob ng̃ isang oras; bubusan ng̃ kaunting *vino blanco* ó *Jerez* at pababayaan hanggang kinabukasan. Pagkatapos ay isisilid sa mg̃a bituka ng̃ baka na nilinis at pinatuyo, tatalian sa habang kinakailang̃an, duduruin ng̃ suming̃aw ang hang̃in sa loob at pagpuputulputulin at ilalagay sa bilao ó kaya'y tatakpan ng̃ basahang bago lalagiyan ng̃ pabigat at hahayaan sa loob ng̃ dalawampu't apat na oras sa gayong anyo sa pook na nahahang̃inan. Makaraang maisagawa ito, ay isasabit na sa loob ng̃ dalawang buwan ay mangyayaring makain ng̃ hilaw at malamig. Ang iba'y naghahalo sa pagtitimpla ng̃ nitro upang huwag nawala ang tinataglay na kulay ng̃ laman at ang iba nama'y bukod sa binahaluan niyon ay inilalagay pa sa asuhan sa loob ng̃ dalawa ó tatlong araw upang matuyong mabuti.

Chorizos

Magtatadtad ng̃ karné, hahaluan ng̃ ilang kutsarang suka (ayon sa dami ng̃ laman ó karne) oregano, asin, siling malaki at bawang, pag-iing̃atang lumabis ang isa't isa; mamasahing mabuti at hahayaan sa boong sang-araw; pagkatapos ay ipaloloob sa bitukang tuyo ng̃ baka at paaasuhan.

Chorizos de Extremadura

Kukuha ng̃ walong librang laman ng̃ baka at baboy, sasamahan ng̃ lima ng̃ taba at saka tatadtaring pino; titimplahan ng̃ asin, pamintang durog, paminton, ilang buting bawang na dinikdik; lalamasing mabuti hanggang magkasamasama at hahayaan sa loob ng̃ dalawampu't apat na oras. Makaraan ito, ay isisilid sa bitukang malaki nḡ baka at tatalian sa bawa't habang ibigin na aniyong kuwintas at saka isasabit sa asuhan, pagkatapos nḡ ilang araw ay ilalagay sa pook na nahahanḡinan. Itó'y idinudulot nḡ luto sa mesa ó dulang sa oras nḡ pagkain.

Morcillas.

Kukuha nḡ bawang, binusang *cominos*, pamintón at asin didikdiking mabuti at hahaluan nḡ kaunting pamintang ligis gayon din, dadamihan nḡ kaunti ang paminton upang magkakulay na mabuti ang morsiliya, pagkatapos ay ihahalo at mamasahin sa dugo nḡ baboy at mantika; isisilid sa bituka, duduruin nḡ ispile upang tumapon ang nakukulong na hanḡin at sasangkutsahin bago ibibitin at paaasuhan.

Morcillas de carne

Upang maisagawâ ito, ay magtatadtad na mabuti nḡ isang kilogramo na laman nḡ baboy, isa nḡ baka na inalisan nḡ lamad, isa't kalahati nḡ tabá at kalahati nḡ atay nḡ baboy; pagkatapos ay babayuhin hanggang sa madurog at maging parang pásta; titimplahan nḡ asin, *especias*, pamintang dinikdik at paminton at saka isisilid sa mḡa bituka nḡ baka ó baboy, tatalian ang magkabilang dulo sa habang ibigin; ibababad sa tubig na may asin bago paasuhan.

Pagkaraan nḡ ilang araw ay itatampak sa pook na may bahagiyang hanḡin, kagaya nḡ mḡa nabanggit sa unahan.

Carne picada

Magtatadtad ng̃ mabuting laman ng̃ baka, igigisa sa kawali na may mantika, bawang, tinadtad na sibuyas, kamatis; titimplahan ng̃ katiting na suka at asin, hahayaang lumambot na maigi ang tinadtad.

Pagkatapos ay bubusan ng̃ tubig na mainit, sasamahan ng̃ dahong sili at isa ó dalawang bung̃a ng̃ siling maanghang; ihahalo ang pinagpirapirasong dugo ng̃ baka at hahayaang kuluan hanggang matirhan ng̃ katatagang dami ng̃ sabaw.

Dinuguan

Lilinising mabuti ang mg̃a laman sa loob ng̃ baboy, gaya ng̃ atay, puso, bitúka at ibp., sasangkutsahin at pagkatapos ay pagpuputulputulin ang bituka matapos maalis ang amoy; ang atay, puso at ibp., ay pipirasuhing maliliit. Maglalagay ng̃ mantika sa kawali na kapag mainit na ay lalagiyan ng̃ bawang at sibuyas; pâmayamaya ay ihahalo ang mg̃a laman sa loob na nabanggit at hahaluing sandali bago isasama ang dugo ng̃ baboy at kaunting tubig; titimplahan ng̃ suka, asin, paminta at klabo, at hahayaan hanggang lumambot na maigi. Ang iba'y naghahalo bukod pa sa klabo ng̃ oregano.

Paksiw na baboy

Pagpipirapirasuhin ang ulo at mg̃a paa ng̃ baboy matapos malinis at makalis ang balat ng̃ kampit na matalim; ilalagay sa isang palayok na may tubig at palalambutan; pagkatapos ay titimplahan ng̃ suka, asin, bawang, pamintang buo at oregano, at hahayaang kuluan hanggang lumambot na mabuti.

Sinigang na baboy

Maghihiwa ng̃ lamang may taba ng̃ baboy, ilalagay sa balang̃a at patitigasan; pagkatapos ay hahang̃uin ang natitirang sabaw at hahayaang lumabas ang mantika ng̃ baboy. Kapag nakalabas na ang katatagang dami ng̃ mantika, ay ilalagay ang ulo ng̃ sibuyas na mura, kamatis at gulay na ibig isangkap, asin, at sampalok, pagkatapos ay ibubuhos ang hinang̃ong sabaw, at hahayaang lumambot. Anopa't iing̃atang sagapan ng̃ bula, bago kumulo ang pinatitigasang baboy.

Sinigang na baka

Pipili ng̃ lamang may buto, gaya ng̃ gawing tadiyang, ilalagay sa isang balang̃a na may kahalong tubig, sasagapan ng̃ bula at palalambutin. Pagkatapos ay ilalagay ang sampalok, labanos at iba pang gulay na ibig isangkap, kapag hahang̃uin na, ay pipisain ang sampalok sásalain at saka titimplahan ng̃ asin.

Pesang manók ó karné

Pagkalinis ng̃ manok ó baka at mapagpirapiraso ay pakukuluan sa isang balang̃a ó *caldera* na may katatagang dami ng̃ tubig; kapag inaakalang malambot na ang manok ó karne ay ilalagay ang luya, sibuyas na mura, asin, pamintang buo at sanki kung ibig

Kung sakali't isda ang ipepesa ay sabay na iluluto ang sibuyas na mura, luya at pamintang buo; anopa't upang masunduang lalo ang sarap ng̃ lutong ito, ay gagawa ng̃ sawsawang bukod na binubuo ng̃ ginisang miso sa mantika, kamatis, tinadtad na sibuyas at asin.

Pansit (a)

Magbababad ng̃ bihon tuyo hanggang lumambot; maglalagay ng̃ mantika sa kawali, kapag mainit na'y ilalagay ang baboy na pinagpirapiraso; isusunod ang sibuyas, kaunting toyo at hahayaang magkulay at lumambot; pagkatapos ay isasama ang bihon at miki, hahaluing mabuti at bubusan ng̃ kaunting sabaw ng̃ may pagkalutuan at, kung inaakalang lutuna ay hahang̃uin sa isang pinggan; lalagiyan ng̃ hipong luto at hinimay, hamón at paminta at sa isang tabi ay ang mg̃a kalamansi. Mangyayaring lagiyan kung ibig ng̃ tokuang pinirito.

Pansit (b)

Maglalagay ng̃ bihong sariwa at togeng nilaga sa isang luglugan (1); pagkatapos ay ilulubog na nasa sa *caldera* na tubig na kumukulo; kapag inaakalang lutu na ang bihon at toge, ay patititiin at ilalagay sa isang pinggan; bubusan ng̃ mantika, patis, sitsarong pino, paminta, hipong luto, talaba, tinapang hinimay at pinagtilastilas, bawang na pinirito at itlog na luto na pinaghiwa nḡ pahaba; pagkatapos, ay lalakipan nḡ kalamansi ó kabuyaw na hiniwa sa paligid nḡ pinggang kinalalagiyan nḡ pansit.

---

(1) Ang luglugan ay isang malaking sandok na patpat na nilapat.

Pansit (c)

Babahiran ang bihon tuyo at palalambutin; hahaluan nḡ katatagang dami nḡ miki; magmamantika sa isang kawali nḡ baboy na di titiganḡin, hahanḡuin pagkatapos; ilalagay naman ang mḡa hiniwang sibuyas na kapag nagkukulay nḡ maigi ay isasama ang hinanḡong baboy, hipong hinimay, pinirasong tokua, kinsay, toge at mḡa bihon at miki; hahaluin mabuti at lalagiyan nḡ pinagdikdikan nḡ balat nḡ hipon at hahayaang maluto.

Sa oras nḡ pagdudulot ay lalagiyan sa ibabaw nḡ bawang na minantikaan at itlog na luto na hiniwang parang suklay.

Lumpia

Maglalagay nḡ mantika sa isang kawali, kapag kumukulo na ay ilalagay ang laman at taba nḡ baboy na pinagpirapiraso; pagkatapos ay ilalagay sa isang tabi nḡ kawali; ilalagay ang sibuyas hanggang mamula mula nḡ bahagiya, isusunod ang hinimay na hipon, talaba, itlog at laman nḡ baboy na nabanggit: gayon din, ang mḡa tokua, garbansos at repolio; pagkaraan nḡ ilang sandali, ay hahaluan nḡ nilunaw na atsuete sa tubig at hahayaang matirhan nḡ kaunting sabaw bago hahanḡuin.

Maggigisang bukod sa isang kawali nḡ bawang, hahaluan nğ ginadgad na murang papaya at papas ó kamote na hiniwang maliliit na parisukat; (kung panahon ng sinkamas ay hahaluan) bubusan nğ sabaw at asin at kapatak na atsuete kung ibig at hahayaang kuluan hanggang lumapot.

Pagkatapos maisagawa ang dalawang lutong nabanggit, ay gagawa nğ maalat na binubuo nğ harena asukal na maitim at kaunting asin na lulutuing ilang saudali sa kawali; kung ito,y malutu na ay kukuha nğ balat nğ lumpia, papahiran nğ maalat lalagiyan nğ litsugas at saka sasamahan nğ dalawang niluto bago babalutin. Kung idudulot na, ay sasamahan sa pinggang kinalalagiyan nğ dinikdik na bawang na hilaw at maalat.

Huevos fritos

Maglalagay nğ mantika sa isang malanday na kasirola ó sarten na itatagilid nğ bahagiya sa gawing tangkay; at kapag mainit nğ mabuti, ay ilalagay ang itlog, bubudburan nğ kaunting asin at saka dahandahang kakabigin sa bandang ibabaw ang klaro na kumakalat hanggang ang burók ay mabalot na maigi. Pagiingatang maluto ó mabasag ang burok, kinakailangang ang klaro lamang ang siyang maluto; pagkatapos ay hahanguin sa isang lalagiyan may butas na parang bistay, upang tumiti ang mantika, bago ilalagay sa isang pinggan na may kasamang salsa *picante* ó *de tomate* ó kun dili kaya'y papalamutihan nğ minantikaang perebil.

Huevos revueltos

Sa isang kawali ó sarten ay magbubuhos ng̃ isandaang gramo na mantika, at ilalagay ang anim na itlog, ilang kutsarang gatas, katamtamang dami ng̃ asin at paminta. Pagkatapos ay babatihing mabuti at kapag namumuo na, ay hahanguin ang kawali ó sarten sa kalan na patuloy din ang paghalo sa mg̃a dalawang minuto, bago sasangkapan ng̃ tinadtad na perehil at idudulot na may kalakip na tinapay na piuirito.

Huevos revueltos con jamón

Pagkalagay sa kawali ó *sarten* ng̃ mg̃a itlog na may katatagang dami ng̃ hamon na pinagpirapiraso, ay titimplahan ng̃ asin at paminta: bubusan ng̃ isang kutsarang sabaw na sinala at saka hahayaan sa apoy na banaybanay hanggang lumapot.

Ikaanim na Pangkat

Pescados

Pescado guisado

Maglalagay ng̃ maraming *aceite* ó mantika sa isang kawali at mamantikaan ang isang pirasong laman ng̃ tinapay, hahanguin at babasain ng̃ kaunting suka; maggigisa ng̃ bawang, maraming sibuyas na hiniwang malalaki, at kapag nang̃ang̃alahati na ang taglay na kalutuan, ay sasamahan ng̃ pamintón at oregano; hahaluing mabuti ang lahat ng̃ ito at lalagiyan ng̃ klabo at pati ng̃ hinang̃ong laman ng̃ tinapay na nilunaw sa tubig; pagkatapos ay pakukuluin sandali at saka ihuhulog ang isda na hiniwang malinis, kaunting laurel at titimplahin bago hahayaang kuluan hanggang maluto.

Pescado asado

Matapos malinis at makaliskisan ang isang isda, ay ilalagay ng̃ buô sa isang malanday na kasirola, bubusan ng̃ *aceite*, bawang na tinadtad, perehil, pamintang ligis, katas ng̃ dayap at asin at pagkatapos ay ilalagay sa pagitan ng̃ dalawang apoy ó kaya sa hurnó hanggang maihaw; gayon din, sasamahan ng̃ ilang hiniwang dayap bukod sa katas na nabanggit.

Escabeche de pescado (a)

Magmamantika ng̃ isda at ilalagay sa isang pinggan, bubusan sa ibabaw ng̃ aceiteng luto at hahayaang lumamig; pagkatapos, ay bubusan ng̃ suka, mg̃a dahong laurel, oregano, asin at tubig, ang lahat ng̃ ito'y sa katatagang dami upang matakpan ang isda at tumalab ang lasa at mangyaring matinggal.

Escabeche de pescado (b)

Maggigisa ng̃ bawang na hiniwang pahaba, hahaluan ng̃ tubig, asin, suka, asukal, sibuyas na hiniwang pahaba at luyang ginayat ng̃ pahaba; hahayaang kumulo, saka ilalagay ang minantikaang isda, anopa't pagiingatang madurog ito. Ang isda bago mantikaan ay aasnan muna.

Pescado en «tahuri»

Ibubuhos sa kawali ang mg̃a limang kutsarang mantika, kapag kumukulu na ay isasama ang hiniwang manipis na bawang, sibuyas at luyang ginayat ng̃ pahaba at maliit; pagkatapos ay lulunawin sa suka at tubig ang tahuri at saka ibubuhos; anopa't huwag hahaluin hanggang sa kumulo at saka ilalagay ang isdang minantikaan

Salmones asados

Papahiran ng̃ mantika ang pariliya at saka iihaw ang mg̃a salmon; pagkatapos ay magtadtad ng̃ bawang at perehil at hahaluan ng̃ binayong tinapay, katas ng̃ dayap, aceite at paminta at papahiran nito ang mg̃a atay ng̃ salmon bago iihaw at gagawing pinakasalsa

Albondigas de pescado

Aalisan ng̃ tinik ang mg̃a isda at saka tatadtarin, sasamahan ng̃ perehil, binayong tinapay *especias finas*, bawang, sibuyas at kaunting aceiteng luto magbabati ng̃ itlog at siyang imamasa at saka gagawing *albondigas*. Magpapakulo ng̃ mantika at mamantikaan; pagkatapos ay magmamantika ng̃ tinapay at didikdiking kahalo ang paminta at bawang, lulunawin sa tubig at siyang ibubuhos, tuloy sasamahan ng̃ tinadtad na perehil.

Pescado á la marinera

Pagkakaliskis ng̃ isda ay hihiwain, aasnan at saka ilalagay sa kawali, lalagiyan ng̃ sibuyas at bawang na tinadtad, perehil, isang dahong laurel at *yerba buena,* katas ng̃ dayap *aceite* at tubig na katatagang dami; pagkatapos ay gagatung̃an ng̃ banaybanay at tatakpan at manakanakang hahaluin upang huwag masunog.

Guisado de bacalo

Pagkalaga sa tubig ng̃ mg̃a hiniwang bakalaw, ay patititiin at mamantikaan sandali; ilalagay sa isang balang̃a, sasamahan ng̃ perehil at kaunting tubig; magmamantika ng̃ sibuyas, pagkatapos ay ilalagay sa bakalaw kalakip ang kaunting harena, *especias finas* at kaunting katas ng̃ dayap at saka pakukuluin.

Bacalao á la mayonesa

Pagkalaga ng̃ bakalaw at mapagpirapiraso, ay mamantikaan sa kaunting *aceite* na may sibuyas natinadtad at kaunting harena, pagkahalo ay lalagiyan ng̃ katatagang dami ng̃ gatas at isa ó dalawang burok ng̃ itlog, kaunting paminta at bawang na kapuwa dinikdik at isang kutsarang *mantequilla* bago hahayaang maluto sa loob ng̃ labinlimang minuto sa apoy at saka idudulot.

Bacalao con tomates

Iluluto ang bakalaw at hahanğuin, maggigisa nğ kamatis sa *aceite* at saka ilalagay ang bakalaw, bubusan nğ kaunting tubig at hahayaang malutong maigi. Ang bakalaw bago ilalagay ó igigisa sa kamatis, ay hihiwaing maliliit na pahaba.

Pescado con salsa

Magmamantika nğ isda na inasnang nauna; at sa pinaglabisang mantika ay ilalagay ang binayong bawang sibuyas na tinadtad, na kapag malambut na ay isasama ang kamatis na tinadtad din, asin at saka hahaluin; pagkatapos ay bubusan nğ tubig at lalagiyan nğ binayong tinapay upang lumapot at saka ilalagay ang minantikaang isda, hahanğuin sa isang bandehado at paiibabawan nğ ginayat na sang ó sibuyas na murà.

Calamares á la mallorquina

Pagkalinis na mabuti nğ mğa pusit ay pagpuputulputulin parang sinsing; maglalagay nğ mantika sa isang kawali, lalagiyan nğ bawang at sibuyas, pagkatapos ay isasama ang pusit at hahaluing mabuti, bubusan nğ sabaw nğ karné, babayaan sa atayatay na apoy hanggang matirhan lamang nğ kaunting salsa pagkatapos ay titimplahin at saka idudulot.

Adobo de calamares

Lilinisin ang pusit at buong ilalagay sa kawali na may kaunting tubig, suka, asin at bawang, pagka inaakalang malambot na ang pusit, ay hahanguin ang sabaw at bubusan ng̃ mantika at saka gigisahin; pagkatapos ay muling ibubuhos ang sabaw na hinango at hahayaang kumulo hanggang sa maluto at lumambot na mabuti.

Ang paglilinis ng̃ isdang nabanggit, ay aalisin ang ng̃ipin at buto sa likod, bubunutin ang ulo at aalisan ang bituka; ang pinakabulsa ay huhugasan upang maalis ang buhang̃in at saka muling ipapasok ang nasabing ulo; anopat kaiing̃at na mabasag yaong maliliit na supot na kinalalagiyan ng̃ tinta.

Jibia

Magmamantika ng̃ bawang at hahang̃uin, isusunod ang kapirasong laman ng̃ tinapay na hahang̃uin din; ilalagay ang baksat matapos malinis kagaya ng̃ pusit, at hahaluing maigi, hahaluan ng̃ kaunting perehil na tinadtad, *especias finas*, kaunting luyang dilaw at nilunaw sa tubig na laman ng̃ tinapay na minantikaan hanggang kuluan at lumambot na mabuti, pagkatapos ay titimplahan ng̃ kaunting asin at pagkahang̃o sa apoy ay pipigaan ng̃ kaunting katas ng̃ dayap.

Ánguilas en aceite

Maggigisa ng̃ bawang at hahaluan ng̃ kaunting harena, perehil at hahaluin sandali, lalagiyan ng̃ tubig, lulunawan ng̃ *especias finas,* kaunting asin at luyang dilaw; kapag kumukulo na'y ilalagay ang pinagputolputol na palos matapos malinis na mabuti, at habayaang lumambot at malutò; at kung idudulot, ay pipigaan ng̃ katas ng̃ dayap.

Ang paglilinis ng̃ palos ay lalamasin sa abo, aalisan ng̃ bituka, ulo at dugo.

Ánguila á la tártara

Igigisa sa mantika ang *zanahoria* na hiniwang palapad at manipis, sibuyas, perehil at isang dinikdik na buting bawang; ihahalo ang palos na buo ó putolputol at lalagiyan ng̃ asin, paminta, dalawang basong *vino blanco: tomillo* at laurel. Gagatung̃ang mabuti sa loob ng̃ labinlimang minuto; hahang̃uin ang kawali at pababayaang lumamig; pagkatapos ay kukunin ang mg̃a palos at mamantikaan hanggang magtaglay ng̃ magandang kulay, hahang̃uin at ilalagay sa isang pinggan, liligiran ng̃ piniritong perehil at saka bubusan ng̃ salsa picante ó de tomate kung siyang ibig. Sa lugar ng̃ mantikaan ang palos ay mangyayari ding ilagay sa parilia at iihaw lalung lalu na ng̃a kung buo at di pinagputolputol.

Ánguila á la montañosa

Matapos malinis at maalisan ng̃ bituka ang isang palos ay puputulin sa habang isang dali; ilalagay sa kumukulong tubig na may asin at sukang kahalo at pagkaraan ng̃ limang minuto, ay hahang̃uin at patititiin. Magpapakulo ng̃ mantika sa isang kawali, hahaluan ng̃ kaunting harena na di babayaang matusta at mamula, bubusan ng̃ *vino blanco* at tubig na magkasindami ó kaya sa lugar nito'y sabaw ng̃ karné titimplahan ng̃ asin at paminta bago ilalagay ang hinang̃ong palos, hahaluan ng̃ kamatis at sibuyas at babayaang kuluan sa loob ng̃ kalahating oras. Pagkatapos ay hahang̃uin ang sibuyas at magbabati ng̃ itlog na ihahalo sa sabaw at pipigaan ng̃ dayap; hahang̃uin ang palos at ilalagay sa isang bandehado saka bubusan ng̃ sabaw ó salsang nabanggit.

Torta de cangrejo

Ilalaga ang alimasag, hihimayin at kukunin ang mg̃a laman, maggigisa ng̃ ilang buting bawang, na pinukpok, sibuyas na tinadtad at kamatis, ilalagay ang laman ng̃ alimasag at titimplahan ng̃ kaunting asin at paminta kung ibig.

Magbabati ng̃ itlog, maglalagay ng̃ ginisa sa balat ng̃ alimasag, bubusan ng̃ binating nasabi at saka ilalagay at pipiritubin sa kumukulong mantika.

Habichuelas

Maggigisa ng̃ tinadtad na sibuyas sa mantika. ihahalo ang mg̃a abitsuelas na kapag malambut na ay lalagiyan ng̃ *especias finas* at babalutin ng̃ itlog at pipigaan ng̃ katas ng̃ dayap.

Chicharos (a)

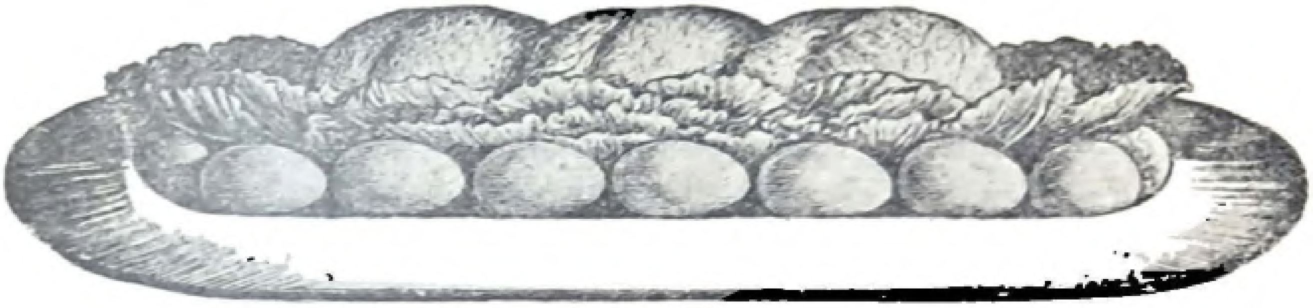
Kung ang sibuyas na nasa mantika ay malambut na, ay isasama ang perehil at kaunting harena; pagkatapos ay ilalagay ang sitsaro, hahaluin at saka sasamahan ng̃ *especias finas* na nilunaw sa kaunting tubig at lulutuin hanggang lumambot na mabuti; pamayamaya'y babatihan ng̃ itlog upang mamuo at pipigaan ng̃ dayap

Chicharos (b)

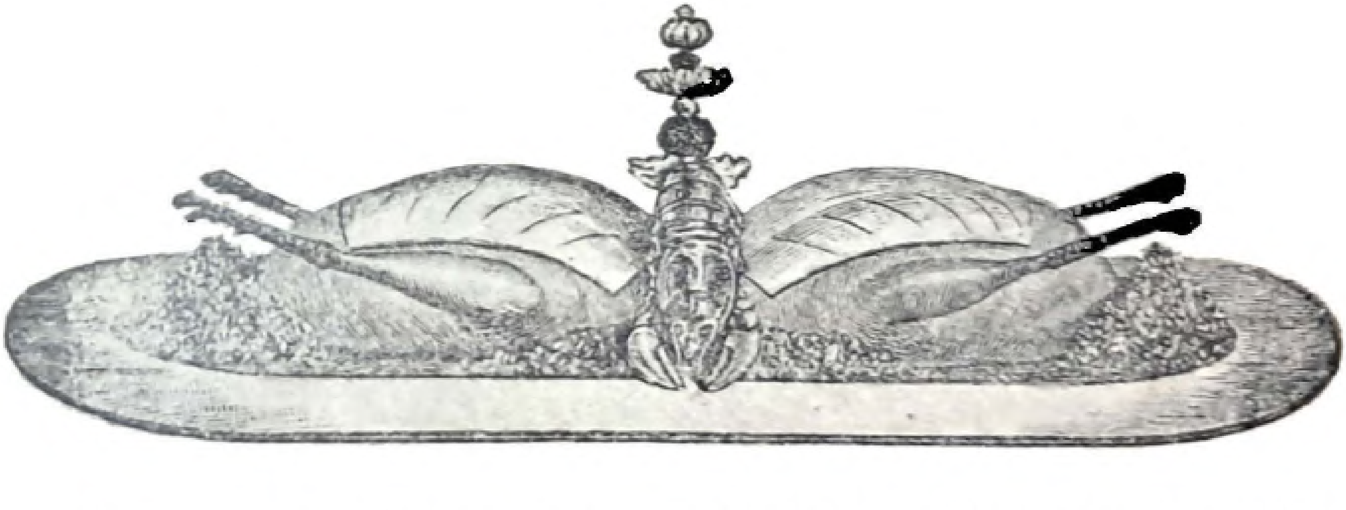
Sasangkutsahin ang pinirasong hamón ilalagay sa mantika, hahaluan ng̃ sibuyas ang mg̃a sitsaro, bubusan ng̃ kaunting tubig ng̃ pinagsangkutsahan ng̃ hamón hahayaang kuluan ng̃ kuluan at kapagmalambut na, babatihan ng̃ itlog at pipigaan ng̃ kaunting katas ng̃ dayap.

Berenjenas rellenas (a)

Ilalaga ang ilang talong, babalukan, bibiyakin sa gitna at aalisan ng̃ buto sa pamamagitan ng̃ isang kutsarang maliit; maggigisa ng̃ tinadtad na laman ng̃ baka na may kahalong papas na ginayat na maliliit, kaunting asin, paminta at *mantequilla* at siyang ipaloloob sa talong bago bubusan ng̃ binating itlog at mamantikaan sa kumukulong mantika.



Larawang (IX) Aniyo ng̃ lutuing SESOS EN ENSALADA matapos mailagay sa pinggan.



Larawang (X) Aniyo ng̃ lutuing PICHONES A LO MARQUES, matapos maisaayos sa pinggang paglalagiyan.

Berenjenas rellenas (b)

Matapos magawa at maihanda ang mg̃a talong ng̃ gaya ng̃ nabanggit, ay palolooban ng̃ tinadtad na perehil, bawang, pamintang binayo, tinapay na dinurog, asin at *queso,* kaunting katas ng̃ dayap at burok ng̃ itlog, matapos mapagmasang mabuti at pagkatapos ay babalutin ang talong ng̃ binating klaro ng̃ itlog saka ilalagay sa mainit ó kumukulong mantika.

Gulay

Kukuha ng̃ taba at laman ng̃ baboy, pagpipirapirasuhing maliliit at ilalagay sa kawali; kapag lumalabas na ang mantika ay hahang̃uin sa isang tabi ng̃ kawali ang baboy; ihuhulog pagkatapos ang bawang, sibuyas, kamatis at kapag nang̃ang̃amuy na ay isasama ang mg̃a hinimay na hipon at hahaluing kasama ang binang̃ong baboy; pamamayamiya ay isusunod ang gulay, gaya ng̃ repolio at pipino, na kapag malambut lambut na, ay sasabawan ng̃ dinikdik na ulo ng̃ hipon, matapos malunaw sa tubig at masala; titimplahan ng̃ asin at hahayaan hanggang maluto. Kung pipino ó upo ang igugulay ay lalagiyan ng̃ kaunting paminta.

Ikapitong Pangkat

Reposteria y pasteleria

Paggawa nĝ masa

Sa isang dulang na malinis, ay magbubunton nĝ dalawa ó higit sa dalawang kilogramong harena; lalagiyan nĝ hoyo sa gitna at sa loob nito ay ilalagay ang 45 gramong asin, 750 na mantika, labindalawang burok nĝ itlog at isang litrong tubig na mainit.

Paghahaluing maigi hanggang sa magkamasamasang mabuti at kung lumabas na matigas at buhaghag ang masa, ay bubusang unti unti nĝ tubig at makalawang pagbibilingbilingin. Ito'y ginagamit, sa paggawa nĝ mĝa torta.

Pasta quebrada

Magsasala nĝ 500 gramong harena sa ibabaw nĝ isang dulang na tuyo at malinis, ibubunton, at sa gitna ay lalagiyan nĝ hoyo; ilalagay sa ibabaw nĝ nasabing hoyo ang mantika nĝ baka, isang burok nĝ itlog, isang dampot na asin at ikaapat na bahagi nĝ isang basong tubig. Lalamasing mabuti nĝ kanang kamay ito at isasama untiunti ang harena hanggang magkamasamasang pareho. Upang maging *pasta quebrada*, ay didiinan nĝ palad ang masa sa ibabaw nĝ mesa ó dulang at bibilingbilingin, kapag buongbuo nĝ maigi at hindi na namumuyagyag ay babalutin sa isang basahan at ilalagay sa isang pook.

na nalalamigan ó sa ibabaw ng̃ yelo kung mangyayari.

Pasta quebrada fina

Kukuha ng̃ 500 gramong harena, 350 ng̃ *mantequilla*, apat na *decilitro* na tubig at 15 gramong asin Mamasahing mabuti gaya ng̃ nabanggit sa unahan matapos masala ang nasabing harena at malagiyan ng̃ hukay sa gitna at pagkatapos ay ilalagay sa isang pook na malamig. Ang masang ito, ang siyang karaniwang ginagamit sa paggawa ng̃ mg̃a timbales *tortas* at *pastelillos*.

Pasta quebrada dulce

Sasalain ang 500 gramong harena, ibubunton, sa gitna'y huhukayan, lalagiyan ng̃ 350 gramong mantikà ng̃ baka, 150 ng̃ asukal, tatlo ó apat na burok ng̃ itlog, dalawang *decilitro* na tubig at apat na gramong asin Pagkatapos ay lalamasin hanggang magkasamang mabuti, bibiling̃in at hahayaang labinlimang minuto bago gagamitin.

Flan de leche (a)

Magbabati ng̃ sampu ó walong burok ng̃ itlog na may kahalong mg̃a kalahating kilong asukal na repinadong maputi, pagkatapos ay hahaluan ng̃ isang basong gatas na sariwà, kaunting kanela at dayap na kinakas; paghahaluing mabuti bago ilalagay sa *flanera* (1) ó kundili kaya'y sasalain muna upang masagap ó maalis yaong durog na kanela at kinakas na dayap na isinama. Kung makaraang maihanda na ang ganito, ay lulutuin sa *baño de Maria* (1) at sa ibabaw ng̃ *flanera* ay lalagiyan ng̃ isang takip na latang malinis na may baga. Ang *flanera* na nabanggit, ay bago lagiyan ng̃ pinaghalo, ay papahiran muna ó titigmakin ang paligidligid ng̃ loob ng̃ mataas na puntong arnibal. Upang mapagkilala kung lutu na, ay kinakailang̃ang duruin ng̃ isang malinis at tuyong tinting, na kapag di nabahiran ng̃ niluluto ay tandang mahahang̃u na.

---

(1) Ang flanera ay hulmahang lata na may iba't ibang hugis na tinataglay ayon sa kagustuhan ng̃ pumipili.

Flan de leche (b)

Kukuha ng̃ labingapat ó labinganim na burok ng̃ itlog, babatihing mabuti na kasama ang kalahating kilong asukal na repinadong maputi at isang kutsarang harena; pagkatapos ay bubusan ng̃ kalahating litrong gatas na sariwa at walang halo at hahaluing pamuli hanggang magkasamang mabuti at lalagiyan ng̃ ilang patak na *esencia de limón*. Makaraang maisagawa ito, ay kukuha ng̃ *flanera*, titigmakin ang loob ng̃ arnibal na mataas ang punto at siyang paglalagiyan ng̃ nasabing pinaghalo, bago lulutuin sa *baño de Maria* at tatakpan ang nasabing *flanera* ng̃ kapirasong lata na may baga. Pagkatapos magatung̃ang mabuti sa loob ng̃ apat ó limang oras, ay aalisin ang takip at duduruin ng̃ isang malinis at tuyong tinting na kapag di nabahiran at pinaniktan ng̃ niluluto ay tandang inin na.

---

(1) Ang baño de Maria ay yaong paglulutong ginagawa sa pamamagitan ng̃ init ng̃ kumukulong tubig.

Flan de Manzanas

Hihimayin ang mğa mansanas at aalisan nğ ubod, ilalaga at lulunawing maigi nğ kutsara, pagkatapos ay sasamahan nğ binating burok nğ itlog at asukal na repinadong maputi ilalagay sa *flanera* na pinahiran nğ arnibal ang loob at iluluto sa *baño de Maria.*

Flan de naranja

Kakatasin ang suhà at lalagiyan nğ asukal na repinadong maputi, sasalain at sasamahan nğ binating burok nğ itlog at kaunting kanelang binayo; ilalagay sa isang *flanera*, matapos mapahiran ang loob nğ arnibal at lulutuin sa *baño de Maria* hanggang mamuo at tumigas ang niluluto.

Flan de vino de Málaga

Paghahaluin ang tatlong ikaapat na bahagi nğ gatas at isa nğ *vino de Málaga*, titimplahan nğ asukal at labindalawang burok nğ itlog na binati; pagsasamahing mabuti at saka ilalagay sa *flanera* na binasa nğ arnibal at lulutuin nğ kagaya nğ mğa nabanggit. Ang nasabing gatas, at lulutuin muna na kahalo ang kapirasong kanela bago ihahalo ang *vino de Málaga.*

Flan de café

Tatlong ikaapat na bahagi nğ gatas at isa nğ kape ay paghahaluin, sasamahan nğ binating labindalawang burok nḡ itlog at asukal, at saka ilalagay sa *flanera* na tinigmak na arnibal bago lulutuin sa *baño de Maria.*

Pudding de leche

Papahiran nḡ mantika nḡ baboy ang loob nḡ hulmahan ó *pudenera*, lalagiyan nḡ harena at saka bibilingbilingin upang sumama at mahalong maigi sa mantika ang nasabing harena; kukuha nḡ isang basong gatas at laman nḡ tinapay (gaya nḡ *pan de sal*) hanggang lumambot at mababad na mabuti; paiibabawan nḡ isang kutsarang *mantequilla*, pitong burok nḡ itlog na binati; kinakas na balat nḡ dayap, kalahating librang asukal at kanela; hahaluing samasama at saka ilalagay sa hulmahang nabanggit at ipapasok sa hurno ó kundili kaya ay ilulutong parang bibingka na apoy sa ibaba at itaas. Upang mapagkilala kung lutu na, duduruin nḡ palito kagaya nḡ sa *flan*. Kung mahanḡu na, ay palalamigin at bubudburan nḡ asukal bago pararaanan nḡ nagbabagang siyansi

Pudding de manzanas

Maglalaga nḡ dalawang librang manzanas, dudurugin sa isang kasirola, babatihan nḡ limang itlog, apat na onsang biskotso at asukal, pagsasamahin at hahaluing mabuti; pagkatapos ay ilalagay sa *pudinera* ó hulmahan matapos mapahiran nḡ mantika ang loob nito, at saka lulutuing parang bibingka; anopa't ang apoy sa ilalim ay kinakailanḡang kaunti lamang at marami ang sa ibabaw.

Pudding de almendras

Magbabayo nḡ kalahating librang *almendras* na walang balat, lalagiyan nḡ kalahati nḡ asukal na repinado at kaunting pinulbos na kanela; magbabati nḡ itlog at untiunting hahaluan nito; pagkatapos ay papahiran ang pudinera ó hulmahan nḡ mantika ó *mantequilla* at bubudburan nḡ harena bago ibubuhos dito ang pinaghalo at ilalagay sa hurnó ó lulutuin nḡ gaya nḡ mḡa nabanggit sa unahan.

Pudding de chocolate

Sa bawa't kalahating basong gatas ó tubig, ay apat na onsang sikulate, pitong itlog, kalahating librang asukal at kaunting kinakas na dayap ang isasama babatihing bukod ang burok at klaro, ito'y sasabuling mabuti hanggang magpuutong *merengue*, hahaluan nḡ untiunting asukal at kinakas na balat nḡ dayap, at saka paghahaluin ang pinaghiwalay na burok at klaro; isasama pagkatapos ang sikulate at ilalagay sa hulmahang tinigmak ang loob nḡ arnibal, bago iluluto sa *baño de Maria* at sa ibabaw ay isang takip na lata na may baga. Ang pagkilala nḡ kalutuan nito, ay kapara din nḡ sa *flan*.

Pudding de calabaza

Maglalaga nḡ kalabasa at sasalain sa sukob, magbabati nḡ itlog at ihahalo, lalagiyan nḡ binayong kanela, asukal at *mantequilla;* pagkatapos ay hahaluin at ilalagay sa hulmahan matapos mapahiran nḡ mantika at ipapasok sa hurnó ó ilulutong kagaya ng bibingka.

Crema de pasteles

Magbabati nḡ walong burok nḡ itlog, tatlo nḡ klaro, sasamahan nḡ walong kutsarang harena, limang onsang asukal at 32 nḡ gatas, (malalagiyan nḡ *esencia de limón* ó ibang klaseng nagbibigay nḡ masarap at mabanḡong amoy) ilalagay sa apoy na banaybanay, hahaluing palagi nḡ sandok Kapag lutu na at wala nḡ amoy harena ay tatakpan at pamayamiya ay hahanḡuin sa isang pinggan, bubudburan nḡ asukal na ligis at saka pararaanan nḡ ibinagang siyansi bago idudulot.

Crema frita

Upang maisagawa ito, ay maglalagay sa isang litrong gatas nḡ sampung onzang asukal, anim na klaro nḡ itlog at anim na kutsarang malaki nḡ harena. Ilalagay ito sa mḡa baga na walang usok, hahaluing palagi hanggang malutong maigi; pagkatapos ay palalamigin, upang tumigas, aataduhin nḡ isang manipis at matalim na kutsilio, titigmakin ang bawa't atado nḡ binating burok at saka babalutin nḡ binayong tinapay at ilalagay sa kumukulong mantika nḡ baka at mamantikaan.

Crema á la milanesa

Pagkatapos mapaghalo ang dalawang kutsarang harena, anim na burok nḡ itlog at dalawang klaro.

asukal, kanela at 16 onsang *vino dnlce* ay lulutuin sa isang kasirola at kung idudulot ay liligirin nḡ mḡa biskotso, gaya nḡ itinuturo nḡ lar. 11. Gayun din, mangyayaring magawa ito sa paraang sumusunod: sa bawa,t 16 onsang *vino dulce* ay hahaluan nḡ walong itlog, asukal at kanela; sasalain at ilalagay sa isang kasirola at lulutuin sa *baño de Maria*.

Crema

Magbabati nḡ siyam na itlog, lalagiyan nḡ isang basong gatas, tatlong kutsarang harena at kulang na kalahating librang asukal; ibubuhos sa isang hulmahan ó kasirola at hahayaan sa *baño de Maria* hanggang maluto.

Natillas

Kukuha nḡ isang basong gatas, bubusang unti-unti nḡ binating dalawang burok nḡ itlog na asukal, hahaluan nḡ isang onsang harena, kapirasong kanela at balat nḡ dayap; pagkatapos ay lulutuin sa apoy na atayatay at pagkahanḡo ay bubudburan nḡ asukal na durog at pararaanan nḡ nagbabagang siyansi.

Marengues

Sa bawa't labindalawang klaro nḡ itlog ay isang kilong asukal na repinadong maputi ang ihahalo, pagiinḡatang mabahiran nḡ kahit bahagiyang burok at gayon din nḡ mantika sapagka't di mabubuo ang *merengue*, sasabuling mabuti hanggang bumulâ at magparang busilak, bubusan nḡ patakpatak nḡ arnibal, hahaluan nḡ kaunting *esencia de limon* at pamuling sasabulin

Pagkatapos, ay maglalagay sa pamamagitan nḡ isang kutsara sa papel at ipapasok sa hurnó na may katamtamang init.

Huevos moles

Sa isang librang asukal na aarnibalin nḡ may punto ay isasama ang sampung burok nḡ itlog na binating, mabuti, pagkatapos ay ilalagay sa isang kasirola at iluluto hanggang mamuong mabuti; hahanḡuin sa isang bandehado at bubudburan nḡ pinulbos na kanela.

Dulce de limón

Kukuha nḡ bagong pitas sa puno na mḡa dayap, kakayasin nḡ parehong pareho ang boong balat nḡ isang matalim na kutsilio at ibababad sa tubig; pagkatapos ay ilalaga at hahaluing madalas, aalisan nḡ laman sa loob at pamuling ibababad sa tubig na maka apat na beses bahalinhan nḡ tubig sa isang araw hanggang maalis na maigi ang asim; matapos maisagawa ito ay ilalagang muli, at kapag malambut na ay ilalagay sa arnibal at saka lulutuin.

Ang iba'y nililinggian ang paligidligid bago iluto upang magtaglay nḡ marikit na hugis sa mata nḡ kumakain.

Dulce de santol

Ilalaga ang mḡa santol nḡ buo, tatalupan, puputulin sa gitna, aalisin ang lamukot at mḡa buto; ilalagay sa tubig na malamig hanggang sa kinabukasan, anopa't makalawa ó makaitlong hahalinhan ng̃ tubig sa isang araw; pagkatapos ay pamuling ilalaga hanggang lumambot bago ilalagay sa arnibal na kumukulo at lulutuin.

Tocino del cielo

Magbabati ng̃ labingwalong burok ng̃ itlog, kukuha ng̃ isang libra at kalahating asukal, gagawing arnibal na mataas ang punto, palalamigin at saka ihahalo ang binati na may timplang kaunting kanela at *esencia de limón* ó kaya'y kinakas na balat ng̃ dayap. Paghahaluing maigi at ilalagay sa isang hulmahan ó *tortera* na may saping papel na basa ng̃ mantika ng̃ baka, ilulutong para ng̃ pagluluto ng̃ bibingka at kapag nababakbak ng̃ mahusay ang isinaping papel ay tandang lutu na.

Jalea de manzanas

Pipili at magtatalop ng̃ tatlong kilogramong mansanas, aalisan ng̃ ubod at ilalaga; patititiin at pipipisin ng̃ nakabalot sa isang malinis na basahan; sa bawa't isang kilogramo ng̃ katas na lumabas ay 600 gramong asukal na repinado ang ihahalo, pakukuluin hanggang lumapot at tumaas ang punto ng̃ arnibal. Ang sapal na naiwan sa basahan matapos mapipis, ay mangyayaring gamitin sa paggawa ng̃ *flan de manzanas*, gaya ng̃ nabanggit sa kaunaunahan.

Jalea de granadas

Ang nararapat gawing mauna, ay biyakin ang mg̃a granada, itiwalag sa balat at balok na nakababalot ang mg̃a butil at dikdikin pagkatapos; pigain sa isang salaan at ang katas na makukuha ay ilagay sa isang tatso, samahan ng̃ asukal na repinado at pakuluin hanggang lumapot at magpunto ang matamis; anopa't ing̃atang sagapan ng̃ bula; kung inaakalang umabot na sa grado ó puntong kinakailang̃an ay hang̃uin at ibuhos sa lalagiyan pagtitinggalan.

Jalea de guayaba

Kukuha ng̃ mg̃a hinog na bayabas, tatalupan ng̃ balat at babayuhin; ibabalot sa isang malinis na kayo at pipitpitin upang tumulong maigi ang katas na siyang kinakailang̃an. Pagkatapos, ang katas na nasabi ay ilalagay sa isang tatso, hahaluan ng̃ repinadong asukal at lulutuin ng̃ kagaya ng̃ mg̃a nabanggit.

Pastillas de limón

Magtataan ng̃ isang balat ng̃ dayap; gugulung̃an upang maalis ang katas; didikdiking kalakip ang 400 gramong asukal, pagkatapos ay sasalain at hahaluan ng̃ katas ng̃ dayap at ilang patak ng̃ tubig mamasahing maigi at ilalagay sa isang tatso ang kalahati ng̃ masang ito, bago ilalagay sa apoy na atayatay at hahaluing walang pahing̃a, at kapag natutunaw na, at bago matunaw na lahat, ay maglalagay ng̃ untiunting buhos sa ibabaw ng̃ malapad na lata hanggang tumigas. Ang ganitong kaparaanan ay gagawing muli sa kalahating masa na natitira.

Mamones con mantequillado

Babatihin ang limang itlog, hahaluan ng̃ tatlong tasang asukal na repinado, sasabulin, at sasamahan ng̃ isang tasang *mantequilla* at pamuling sasabulin; lalagiyan ng̃ apat na tasang harena at saka mamasahing mabuti. Sa isang tasang tubig na ihahalo sa masang ito, ay lalagiyan ng̃ isang kutsaritang *bicarbonato de sosa* na pagkatapos ay mamasahing maigi, bago ibubuhos sa hulmahan at lulutuin sa hurno.

Mamon grande

Magbabating mabuti ng̃ anim na itlog na may kasamang sampung pirasong karamelo at pagkatapos na mabating maigi ay untiunting kukutsarahan ng̃ harenang sinala at pamuling babatihin; papahiran ang hulmahan ng̃ mantika bago ibubuhos ang masa at ilalagay sa loob ng̃ hurnó na katamtaman ang init.

Tartaletes

Sa pang̃alang ito ay ipinakikilala ang mg̃a tinapay na napapalooban ng̃ mg̃a matamis ó ginisa, na ginagawa sa pamamagitan ng̃ sumusunod na kaparaanan:—

Magmamasa ng̃ 250 gramong harenang pino at sinala, 60 ng̃ *mantequilla*, 60 ng̃ *almendras amargas* na hinimay at binayo, 125 ng̃ asukal na repinado at isang itlog

Pagkamasang mabuti, ay paninipisin sa pamamagitan ng̃ isang panggulong; puputol ng̃ katatagang piraso at ilalagay sa hulmahan matapos pahiran ng̃ mantika, bago palolooban ng̃ matamis ó mg̃a bung̃ang kahoy ó kaya‘y ginisang karne kung ibig; pagkatapos ay ilalagay sa loob ng̃ hurno na may katamtamang apoy at hahayaang malulo Tingnan ang lar. 12.

Tartaletes de vainilia

Maggigiling ng̃ 125 gramong almendras na tuyo; at 125 ng̃ asukal; sasalain, hahaluan ng̃ 30 gramong harena kaunting *vainilia* (1) na pinulbos at anim na klaró ng̃ itlog; mamasahing mabuti at sasabulin hanggang bumula.

Pagkatapos maisagawa ang nabanggit, ay papahiran ng̃ mantika ang hulmahang lata, palolooban ng̃ masa na binubuo ng̃ 100 gramong *mantequilla*, 200 ng̃ harena, 10 ng̃ asukal, 15 ng̃ asin at isang patak na tubig at saka ibubuhos sa loob nito ang pinaghalong nauna at lulutuin sa hurno na may banayad na apoy. Kung mahang̃o na ang mg̃a *tartaletes* ay bubudburan ng̃ pinulbos na asukal bago idudulot.

---

(1) Ang vainilla ay isang klaseng halaman na pangkaraniwang gamitin sa lutuin sanhi sa mabang̃ong amoy na taglay.

Pan de viena

Kukuha ng̃ mabuting kiyas na harena, mamasahin sa 65 bahagi ng̃ tubig at 25 ng̃ gatas sasamahan ng̃ maraming *levadura* (1) at saka muling mamasahin upang magpareho; pagkatapos ay kukuha ng̃ kapirapiraso, huhugisan at saka iluluto sa hurnó.

Pan de leche

Gagawa ng̃ masa na binubuo ng̃ 150 gramong mantika, kaunting asin at isang basong gatas na sariwa; pagkatapos, ay hahaluan ng̃ ginawang levadura, at mamasahing mabuti sa loob ng̃ ilang minuto, tatakpan ng̃ malamig na basahan at kapag umaalsa ng̃ maigi; ay ilalagay sa mesa ó dulang na may harena; mamasahing pamuli sa loob ng̃ dalawang minuto at saka pagpipirapirasuhin ng̃ magkaparehong laki; huhugisan ng̃ pahabang bilog bago ilalagay sa malapad na lata at lulutuing sa hurnó.

Timbal de patatas

Magiihaw ng̃ isang kilogramong papas, aalisan ng̃ balát na dinikdik, sasamahan ng̃ isang dampot na asin 200 gramong asukal na sinala, 115 ng̃ mantika ng̃ baka at 125 ng̃ almendras amargas, mamasahing mabuti at hahaluan ng̃ dalawang itlog na kalakip pati klaro at apat na burok pa, daláwang kutsarang *agua de azahar*, apat na binating

---

(1) Ang levadura ay yaong pinanis na masang harena.

Rosquillas (b)

Sa dalawampung itlog ay ititira ang anim na klaro bago babatihing maigi, hahaluan ng̃ dalawang libra't kalahating harena, kalahating basong *aguardiente*, isang basong *aceite* at isang dakot na asukal; ang masa ay ilalagay sa isang dulang na malinis at untiunting papahiran ng̃ *aceite* at gagawing hugis *rosquillas* na, pagkatapos malutò sa hurnó, ay titigmakin ng̃ itinirang klaro na sinabol na mabuti sa asukal.

Rosquillas finas

Pagkabating mabuti ng̃ dalawang itlog ay sasamahan ng̃ harenang sinala hanggang maging masang matigastigas; pagkatapos ay gagawing *rosquillas* at mamantikaan sa kumukulong mantika at kung makaraan ito, ay ilalagay sa mataas na puntong arnibal at hahaluin dito hanggang magasukal.

Raspapalos

Ihahalo ang apat na onsang *levadura* sa isang basong gatas na malabnaw, hahaluan ng̃ dalawang itlog na binati at titimplahan ng̃ asin; pagkatapos ay sasamahan ng̃ harena at mamasahing mabuti hanggang lumapot; ibubunton, at hahayaang isang oras na natatakpan ng̃ basahan. Makaraan ito, ay pagbibilugbiluging parang maliliit na bola ó torta at mamantikaan sa mainit na *aceite* hanggang magkulay ginto; hahanguin at bubudburan ng̃ asukal at kanelang niligis ó kundili kaya'y ilalagay sa arnibal.

Tortas finas

Sa dalawang tasang mainit na tubig at isa ng̃ aceiteng luto, ay hahaluan ng̃ harenang sinala at asukal at mamasahing maigi hanggang maging masang katatagan, pagkatapos ay huhugis ng̃ kalahating dangkal na laki at mahigit sa gapisong kapal at ilalagay sa mg̃a papel matapos mapahiran ng̃ aceiteng luto, bubudburan sa ibabaw ng̃ asukal at lulutuin sa hurnó na lubhang napakainit.

Hojaldres de sebo

Sa isang salop ng̃ harenang pino, ay isang gatang na asukal na repinado ang ihahalo, walóng itlog na kasama pati klaro at apat na burok pa, kaunting *levadura,* kaunting mantika at tubig na pagmamasahan; pagkamasang mabuti at magawang animo‘y sa tinapay ay pagpipirapirasuhin at isa isang paninipising parang papel sa pamamagitan ng̃ gulong ng̃ isang hihip, ilalagay sa isang pinahiran ng̃ aceiteng tabla ang isa, papahiran ng̃ mantika ang ibabaw; bago ipapatong naman ang pang̃alawa na ganito hanggang sa susunod hanggang kumapal ng̃ kalahating dali.

Sa ganitong katayuan, ay babayaang labinlimang minuto upang tumigas ang masa at mahiwa ó mapagputolputol ng̃ manipis bago pamuling babayaan ng̃ mamaga pa ng̃ kaunti at saka ilalagay sa hurno na may katatagang init ng̃ apoy hanggang mamulamula at matusta.

Empanadilla

Sa tatlong tasang tubig na mainit, isa nḡ *aceite* na may kaunting *matalahuva* (1), mamasahan nḡ harena, titimplahan nḡ asin at mamasahing mabuti; pagkatapos ay palolobau sa loob nḡ matamis hubugisan at saka mamantikaan, bago, bubudburan nḡ asukal.

Rosquetes de chiclana

Kukuha nḡ isang dusenang itlog, isang librang asukal, kanela, kaunting *aguardiente,* at katas nḡ kalahating dayap, babatihing mabuti at mamasahan nḡ harena hanggang tumigas nḡ kaunti, pagkatapos ay hubugisan ó gagawing *rosquetes* at ipapasok sa hurnong nagiinit na maigi. Kung ibig ay hahaluan sa pagmamasa nḡ gatas.

Pastel casero

Magtatadtad nḡ laman nḡ baka, gigisahin sa mantika, titimplahan nḡ asin; paminta, sibuyas na pinagputolputol, isang dahong laurel at ilang hiwang *tocino* Pagkabasa nito nḡ ilang kutsarang sabaw, ay babalutin nḡ minasang harena at iluluto sa hurnó sa tagal na isa ó dalawang oras.

Pastel caliente

Paliligiran ang isang hulmahan nḡ masang harena, at pipikpikin hanggang sa kapal na gapiso;

---

(1) Matalahuva; anis.

pagkatapos ay palolooban ng̃ ginisa at saka pamuling babalutin ang ibabaw ng̃ masa, bago ilalagay sa hurnó at lulutuin. Gayon din, sa lugar na ipaloob ng̃ sabay ang ginisa sa paghuhurno, ay mangyayaring magpahuli, samakatuwid kung matapos ng̃ mahang̃o ang hinulmang masa ay saka ilalagay sa loob ang nasabing ginisa ng̃ mainit.

Panecillos de patatas

Maglalaga ng̃ papas na katatagan ang laki; pagkatapos ay hihimayin ng̃ boong ing̃at, magbabayo ng̃ mg̃a 200 gramos nito sa isang lusong na malinis, kasama ang 75 gramos ng̃ mabuting klaseng mantika; makaraan ito'y ilalagay sa isang mesa hahaluan ng̃ 30 gramos na harenang linang, isang burok na itlog, katiting na asin at 60 gramos na asukal, mamasahing maigi kagaya ng̃ mg̃a nabanggit sa unahan; pagkatapos ay huhugisang parang maliliit na itlog ng̃ kalapati at ilalagay sa hurnó na may katatagang init ng̃ apoy. Hahayaang magkaroon ng̃ mainam na kulay bago hahang̃uin.

* * *

Ikawalong Pangkat

Sorbetes y quesos

Sorbetes de leche

Maglulunaw nḡ 200 gramong asukal na repinadong maputi sa isang litrong gatas, babatihan nḡ anim na klaro nḡ itlog at kaunting kinakas na balat nḡ dayap: pagkatapos ay ilalagay sa garapiniyera at lulutuin sa yelo. Anopat kapag tumitigas na nḡ kaunti ang mḡa paligidligid nḡ tabi, ay hahaluin upang huwag magtutong at magpareho ang tigas ó luto.

Sorbetes mantecados

Sa isang litrong gatas ay hahaluan nḡ apat na binating burok nḡ itlog, 100 gramong *mantequilla* at kalahating kilong asukal na repinado. Bago ihahalo ang mḡa burok nḡ itlog na nabanggit, ay pakukuluin muna ang gatas at *mantequilla* upang magkahalong maigi at saka palalamigin. Matapos maisagawa. ang lahat nḡ ito, ay saka ilalagay sa garapiniyera at lulutuin sa yelo sa loob nḡ dalawang oras.

Sorbetes de piña

Tatalupan at huhugasang malinis ang mḡa pinya, kakatasin at saka hahaluan nḡ asukal na repinado, pagkatapos ay ilalagay sa garapiniyera at lulutuin sa yelo.

Sorbetes de «buko» –

Magbibiyak ng̃ ilang buko, kukunin ang sabaw, titimplahan ng̃ asukal at hahaluan ng̃ ilang kinayod na laman ng̃ nabanggit at ilang lamukot ng̃ langka kung mayroon; pagkatapos ay isisilid sa garapiniyera at lulutuin sa yelo.

Queso á la chantilly

Pakukuluin ang 16 na onsang gatas at walo ng̃ *nata* (1), at kaunting asukal; sasalain, matapos mahalo, at palalamigin.

Pagkatapos ay mamasahan ng̃ *cuajó* (2) na binabad sa tubid at piniga sa isang lamasan; pagkatapos ay huhulmahin sa isang bilog na hulmahan at hahayaang tumiti ó tumigas.

Queso de flor de leche

Ang kaibhan ng̃ kesong ito sa nabanggit ay sa pagka't di hinahaluan ng̃ asukal sa paglulutò; kundi binabalot ng̃ *nata* matapos masala ito at kung idudulot ay saka bubudburan ng̃ asukal na pino.

---

(1) Nata, yaong namumuong ibalat sa babaw ng̃ gatas:

(2) Cuajo, yaong latak ng̃ gatas na tumitining

Queso á la borgoña

Paghahaluin ang nata at asukal, kalahating kutsarang *goma tragacanto en polvo;* sasalain sa isang kasirola at hahaluin hanggang mamuo; pagkatapos ay ilalagay sa isang bistay na may takip na basahan at hahayaang tumiti at kung matapos ito, ay ilalagay sa isang hulmahan ó pinggan at saka bubudburan ng̃ asukal.

Queso á la holandesa

Matapos maihalo ang sampung burok ng̃ itlog sa walong onsang *nata*, 16 ng̃ mabuting gatas ng̃ baka, asukal at kaunting asin, at ilalagay sa isang kasirola at lulutuin sa banaybanay na apoy at samantala'y hahaluing walang pahing̃a ng̃ sandok; kapag malapot na ay sasalain at palalamigin upang haluan ng̃ kaunting tubig at pigain sa lamasan.

Matapos maisagawa ito, ay ilalagay sa hulmahan at pamumuin sa ibabaw ng̃ baga at pagkaraan ay palalamigin at ilalagay sa bistay na nababalot ng̃ basahan at palalamiging mabuti.

* * *

Ikasiyam na Pangkat

Bebidas

Clarete de regaliz

Pakukuluin sa sampung litrong tubig ang sampung kilogramo at kalahati ng̃ *zanahoria* at 120 gramong *regaliz*. Sasalain at pipigaing mabuti, at hahaluan ng̃ 250 gramong *acido tártrico*, 250 ng̃ pinulbos na luya, dalawang kilogramo ng̃ asukal na kayumanggi at dalawang litrong aguardiente. Ibubuhos ang lahat ng̃ ito sa isang bariles na naglalaman ng̃ mg̃a sandaang litro at pupunuin pagkatapos ng̃ tubig Ang alak na ito ay mangyayaring magamit sa loob ng̃ 48 oras matapos maihanda at maisagawa ang nabanggit; ng̃uni't ang lalong mabuti, ay bayaang walong araw ng̃ di kikilusin bago isisilid sa bote at tatakpang maigi.

Bebida de lúpulo

Ilalagay sa isang tapayang ang sampung litrong tubig, 500 gramong asukal, isang dakot na bulaklak ng̃ lúpulo, lima ó anim na dahong suhà; at kalahating basong sukà pagkatapos ay tatakpan ng̃ isang basahang; hahayaang mababad sa loob ng̃ walong araw at hahaluing makalawang beses sang̃araw ang nasabing nasa tapayan sa pamamagitan ng̃ isang putol na kahoy, sasalain pagkaraan sa isang malinis na kayo, bago isisilid sa mg̃a bote at tatakpang mahigpit ng̃ huwag suming̃aw.

Bebida de vid y maiz

Magdidikdik ng̃ sampung kilogramong dahon ng̃ *vid* (1) at dalawanpu ng̃ uhay ng̃ mais; ilalagay pagkatapos sa isang bariles na may lamang 200 litrong tubig na mainit at hahayaang lumabas ang alak.

Cerveza doméstica

Ang alak na ito ay binubuo ng̃ asukal na kayumanggi, isang kilogramong *flor de violeta*, walong gramong *flores de saúco* at walo ng̃ kulantro; 200 ng̃ suka at 20 kilogramo ng̃ tubig.

Paghahaluin upang lumabas ang alak at pagkatapos ng̃ tatlo ó apat na araw sa pagkakahalo ay sasalain at ilalagay sa mg̃a bote. Ito ay bubula makaraan ang ilang araw.

Cerveza llamada doble

Mg̃a haló:

Cebada tostada, 2½ kilogramo.

Melaza de azucar de caña, 6 kilogramo.

Jarabe de fécula ó de arroz, 6 kilogramo.

Lúpulo, (ayon sa pait na ibigin) 125 hanggang 250 gramo.

Sal de cocina, 100 gramo.

Semilla de coriandrio, 125 gramo.

Levadura de cerveza en pasta, 250 gramo.

Cola de pescado. 5 gramo.

---

(1) Vid. Ubas.

Paggawa

Matapos na makapaghanda nḡ isang bariles na naglululan nḡ 100 ó 110 litro; kukuha nḡ tubig na mḡa 20 litro at ilalagay sa isang *caldera* na kahalo ang *cebada tostada*, lúpulo, asin at coriandri. Pakukuluin sa loob nḡ kalahating oras at saka sasalain sa isang lamasan; ibubuhos dito samantalang kumukulo ang *melaza* at *jarabe*, hahaluin at pagka napaghalu na, ay ibubuhos sa bariles at kakalugin ó hahaluin nḡ isang putol na kahoy ó sandok. Makaraang maisagawa ito; ay tatabo nḡ isang litro nito, na, paglulunawan nḡ *levadura* at kapag bumubula nḡ mabuti ay ilalagay sa bariles at pamuling hahaluin at pupunin nḡ tubig at lalagiyan nḡ butas' ang labi nḡ nasabing bariles, upang labasan nḡ bulang tumatapon Kapag hindi na bumubula, ay tandang mabuti na ang katayuan hahayaan sa loob nḡ dalawampu at apat ó apatnapu at limang oras at itatayo ang bariles upang tumining at luminaw ang serbesa.

Pagkatapos nḡ lahat nḡ ito, ay tutunawin sa tubig ang *cola de pescado;* babatihin ang pinakabelatina nito kung lumamig at siyang ibubuhos sa bariles na kinalalagiyan nḡ serbesa, hahaluing mabuti at sa loob nḡ 24 oras ay lilinaw at mailalagay sa mḡa bote ang nasabing serbesa.

Cerveza simple, llamada cerveza casera

Mg̃a halò.

Sa isang tonel ó bariles na naglululan ng̃ 100 litro.

Melaza de azucar de caña—walong kilogramo.

Ó kaya labindalawang kilogramo ng̃ *jarabe de fécula.*

Semilla de coriandrio at *cortezas de narajas amargas,* 60 gramo bawa't isa.

Lúpulo, 200 gramo.

Sal de cocina, 50 gramo.

Levadura de cerveza, 250 gramo.

Cola de pescado, 5 gramo.

Paggawa

Pakukuluin sa tagal na kalahating oras sa ilang litrong tubig ang *lúpulo, cortezas de naranja,* at asin, at sampung minuto lamang ang *coriandrio;* sasalain, pipigain; pagkatapos ay ihahalong maigi ang *jarabe* at ilalagay sa bariles bago pupunuin ng̃ tubig. Sa katapustapusan, ay isasama ang *levadura,* ayon sa kaisang paraan ng̃ sa *cerveza doble* na nabanggit sa unahan nito.

Ikasampung Pangkat

Kalinisan sa mğa pagkain

Ang pagkain ay siyang unang kailanğan nğ lahat na dito sa lupa'y nabubuhay, kaya dahil dito ay nararapat ang gawing malinis at maayos. Ang maraming sakit na kumakalat sa boong sangsinukob, ay ang dakalasa'y nagbubuhat sa marumi at masamang pagkain, lalunglalu na nğa kung ito ay kinakain nğ malamig. Dapat pag ingatan nğ tanang kumakain ó nğ mğa magkakare na madapuan nğ lanğaw ang mğa ulam sa dulang na kinalalagiyan, sapagka't ang mğa hayop na ito ay nagtatanğay sa mğa paa nğ maraming mikrobio na naiiwan sa mğa pagkain kailan pa man at madadapuan. Ang sino mang naghahanğad na maligtas sa mğa panğanib na sakit na pinagmumulan nğ maraming pagkasawi nğ mğa buhay, ay nararapat na bago gagamitin ang mğa kasangkapan, gaya nğ mğa pinggan, bandehado, baso at kubiertos ay huhugasan muna sa tubig na kumukulo, nğ kung sakali mang nalahiran nğ nasabing mğa hayop ay mamatay at huwag sumira nğ katawan nğ tao.

Kaiinğat nğ paggamit nğ mğa lutuang tanso ó kasangkapang bakal na di nararapat babayaang mababad dito nğ matagal ang anomang niluluto, sapagka't ang kalawang nito ay mabisang lason na pumuputi nğ buhay; kaya nğa bago gagamitin at lilinising mabuti at aalisin ang kalawang; anopa't ang lalong mabuti ay sa lugar nḡ mḡa kasangkapang ito ay palitan nḡ mḡa yaring lupa ó luad ó kundilikaya ay *porcelana* nḡ upang mawala sa panḡanib.

Ang mḡa basang kasangkapan ay di nararapat paglalagiyan nḡ ulam na itinitinggal, sapagka't mapapanis; ang kinakailanḡan ay patutuyuin munang maigi at papahirang mabuti nḡ isang malinis na kasahan.

Dapat iilagan ang nakaririmarim na kaugalian nḡ maraming tagapagluto na pagtikim sa sandok na ginagamit sa pagluluto; ang nararapat ay kukuha nḡ isang laang lalagiyan at dito titikman nḡ huag makapandiri sa nakamamalas; gayun din, ang isang kusinero ay kinakailanḡang magiinḡat nḡ paggamit nḡ anomang kakasangkapanin sa pagluluto, lalunglalu na nḡa, kung di natataho ang mḡa kinalalagiyan nḡ lahat nḡ ginagamit at nararapat na sisiyasating mabuti, sapagka't sa kawalang inḡat ay nagmumula ang maraming kapahamakan.

Mḡa tuntuning dapat maalaman nḡ isang naghahanda

Unang unang nararapat isasaayos nḡ nagpapanaohin ay ang mesa ó dulang na pagdudulutan: tatakpan nḡ isang maputing mantel ó kumot, lalagayan sa gitna nḡ palamuting may kumpol na mababanḡong bulaklak, at ang mḡa pinggang gagamitin ay mapuputi at malilinis, ang kubiertos ay dapat isasaayos nḡ paglalagay; ang kutsilio at kutsara ay sa gawing kanan at sa kaliwa ang tinidor, ang servilleta ó pamunas nḡ bibig ay sa gawing harap nḡ pinggan at sa bawa't tapat nḡ kumakain ay ilalagay ang baso ng̃ inumin, kopa ng̃ alak at atsara kung mayroon; ang pinggan ng̃ kanin ay sa gawing kanan. Ang pagdudulot ng̃ ulam ay kinakailang̃ang pasisimulan sa nasa sa magkabilang dulo at sa gawing kaliwa ng̃ kumakain; pagiing̃atan ang pagdadala ng̃ pinggan, lalunglalu na ng̃a kung may mg̃a salsa ng̃ upang huwag makabuhos. Huwag papayagan na ang bandehado ng̃ ulam na idinudulot ay malahiran ng̃ mantika ó kaya bakas ng̃ daliri ang mg̃a tabi at kinakailang̃an papahiran munang mabuti ng̃ malinis na basahan. Ang sinomang magdudulot ay dapat malinis ang suot na damit, at lalung mabuti kung may pabang̃ong taglay sa katawan: malinis ang mg̃a kamay at putol ang mg̃a kuko, sapagka't kung hindi ganito ang gagawin ay siyang pagmumulan ng̃ pagkarimarim at kawalang pita ng̃ mg̃a panaohin.

Kung matapos ng̃ makakain ang sinoman sa mg̃a panaohin ay bibigyan ng̃ sariling isang kutsarang maliit bago idudulot ang matamis ó kun dili kaya ay isaisang ilalagay sa gawing kanan ang nabanggit na kutsara.

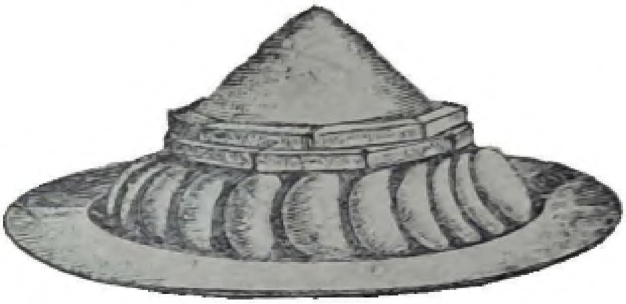
Kung makainom na ang lahat at matapos ang pagkain ay isaisang dudulutan ng̃ sigariliyo ó tabako; at kailan ma'y di nararapat gawing ito, kung sakaling mayroon pang kumakain sapagka't mangyayaring magbigay sama ng̃ sikmura doon sa maselang sa amoy ng̃ aso.

Mğa karapatang dapat taglain nğ sino mang panaohin

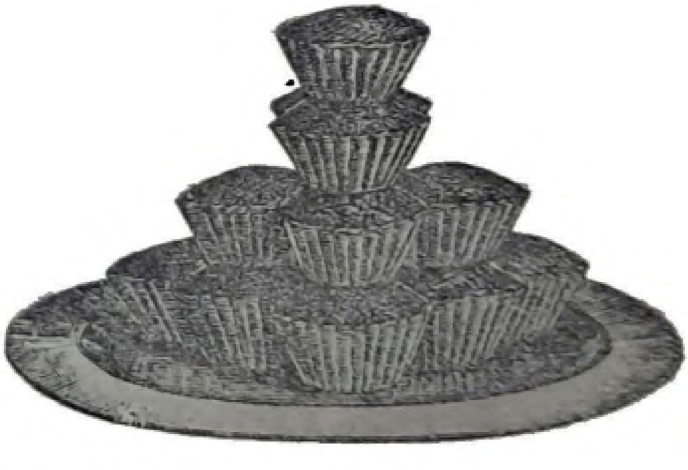
Pagkaupo nğ mğa panaohin sa dulang nğ handa ay di nararapat susunggaban pagkaraka ang kubiertos kinakailangan antaying magsimula ang mğa nasa magkabilang dulo ó *cabecera;* iingatang kumalatog ang mğa kubiertos sa pinggan, at bahagiya na lamang pasasayarin sa bibig ang kutsara kung sakali't susubù nğ kanin; huwag dadalasin ang pagsubo nğ di maubos agad ang kinakain, at tatayahin na, bago maubos ang nasa sa pinggan ay madulutan nğ ilang kiyas nğ ulam.

Huwag ilalapag sa ibabaw nğ mesa ó dulang ang buto ó tinik, sapagka't kahalayhalay sa mata nğ mğa katabi; gayun din, kung sakali't nalalayo ang isang naiibigang pamuta't ó kaya'y atsara ay di nararapat aabutin, sapagka't mawiwikang dayukdok at dipa nakatitikim. Kung mangga ang magiging pamuta't ay bibiyakin nğ kutsilio, itatabi ang buto sa pinggan at sasalukin nğ kutsara ang laman, at ito ang siyang ayos at nababagay at hindi ang kutsilio ó tinidor na gaya nğ namamalas sa ibang baguhan sa gawang manğubiertos Kailan ma'y di dapat kakain nğ namumuwalan ang bunğanğa, at kung iinom ay nararapat uubusin munang malulon ang mğa nğinunğuya nğ upang huwag mamumuhan ang tubig na nasa sa baso; sapagka't ang ganito ay nakapangdidiri at nakasusuklam sa mğa kinakaharap. Gayon din, di dapat iiwan ang kubiertos sa mesa ó dulang matapus kumain, kinakailanğan ang iaayos sa pinggang kinakanan.

WAKAS



Larawang (XI) Aniyo ng̃ tinatawag na CREMA A LA MILANESA.



Larawang (XII) Aniyo ng̃ tinatawag na TARTELETES.

Karagdagan

Mğa iba't ibang paraan nğ paggawá nğ hamón.

Jamones y espaldas de cerdo

Upang maisagawa ang tinutukoy nğ kasaysayang ito, ay kinakailanğan na ang isang may nais na magsagawa nğ ganitong gawain ay magtaan nğ isang batiyang kahoy ó kaya'y tapayang maluang ang bunğad ó pinakabunğanğa.

Sa ilalim nğ nabanggit na lalagiyan ay maglalagay nğ maraming asin, mğa damong mababanğo paminta, *bayas de enebro* at kaunting asukal na kayumanggi. Pagkatapos ay papahiran nğ asin at nitro ó salitre ang hita ó likod kaya nğ baboy matapos mapaghati, at saka ilalagay sa loob nğ tapayang nasabi; sa bawa't dalawang suson nğ mğa hita ó likod na aasnan ay paiibabawan nğ asin, bago pamuling papatunğan, at ganito hanggang sa susunod; at kung matapus na ang lahat nğ ito, ay lalagiyan nğ maraming asin, *especias* at mğa damong mababanğo; dadaganan at saka tatakpan nğ isang kayo at pababayaan sa loob nğ isang araw na singkad.

Ang tapayang pagaasnan ay nararapat magtaglay nğ butas sa gawing ilalim, na ito'y binubuksan makaraan ang isang araw nğ pagkakaimbak nğ gagawing hamon. Sasahurin ang tasik na sa nasabing butas ay tutulo at saka ibubuhos sa loob nğ nasa sa tapayan pagkatapos, ay hahayaang muli sa gayong katayuan sa loob nğ 24 oras. Kung makaraan ito, ay bibilingin ang mg̃a hita ó likod ng̃ baboy na nasa sa loob ng̃ tapayan, samakatuwid ay yaong gawing ilalim ay ipaiibabaw at yaong ibabaw ay siyang ipaiilalim. Ang ganitong pagbibiling ay isasagawa tuwi na sa loob ng̃ labinlima ó dalawampung araw, anopa't ang tapayang pinagaasnan ay itatampak sa pook na di mainit at di namang malamig. Pagkatapos maisagawa itong mg̃a nabanggit sa itaas nito, ay hahanguin ang mg̃a hita ó likod ng̃ baboy na inasnan, tatalian at isasabit matapos mahugasang maigi sa tubig sa asuhan upang matuyo at maitagong matagal.

Jamones al estilo de Bayona

Kukuha ng̃ mg̃a hita ng̃ baboy aasnan, at ilalagay sa loob ng̃ dalawang tabla, at saka dadaganan sa loob ng̃ labindalawang oras. Pagkatapos, ay muling papahiran ng̃ asin at nitro ó salitre, ilalagay sa isang lalagiyang may asin at nitro o salitre, dadaganang maigi sa loob ng̃ walong araw, ng̃uni't kinakailang̃ang bibiling̃in tuwi na sa araw-araw.

Kung makaraan ang lahat ng̃ ito, ay kukunin yaong tasik ng̃ nasa sa tapayang pinaglagiyan, hahaluan ng *vino comun*, mababang̃ong damo at *especias* at saka ilalagay sa apoy, at pagkatapos ay bababarin. dito matapos mapalamig sa tagal na labinlimang araw, bibiling̃ing madalas, at sa kahulihulihan ay isasabit sa asuhan upang maitinggal.

Jamón de Westfalia

Aasnan ang mg̃a piraso ng̃ baboy ng̃ nitro at asing ligis, dadaganang mahigpit at pagkatapos ay ilalagay sa babarang tapayan na may nitro at asin na ang dami kapuwa, ay dalawang bahagi nitong huli at isang nauuna; anopa't dadaganan sa ibabaw hanggang sampung araw at samantala'y bibilingin sa tiglilimang araw upang magpareho ang tagal sa alat ng̃ nasabing baboy Makaraang maisagawa ang lahat ng̃ ito, ay hahang̃uin at patitiin upang hugasang mabuti sa isang nahahandang pinaghalo na *espiritu de vino aromatizado con ginebra,* estragón, laurel, romero, tomillo, at iba pa.

Sa katapustapusa'y ilalagay sa ibabaw ng̃ isa't isa ang ilang dakot na *bayas de enebro* bago pagpapatungpatung̃in; at hahayaan sa tagal na 24 oras at tatakpan ng̃ isang kayo at sa kahulihulihan ay papahiran at isasabit sa asuhan sa loob ng̃ ilang araw upang matuyo at maitingal.

Jamones al estilo de Maguncia

Maghahanda ng̃ isang pagbababaran na binubuo ng̃ isang librang nitro ó salitre, walo ng̃ asin at anim na onsa ng̃ kayumanging asukal, hahaluan ng̃ kaunting tubig upang malunaw ang mg̃a ito at lumutang ang isang itlog na hilaw, *especias* at mg̃a damong mababang̃o na kasamang ihahalo. Pagkatapos mailagay sa apoy itong nabanggit at kuluang minsán, ay hahang̃uin at palalamigin at dito ilulubog ang mg̃a gagawing hamón, na maayos ang salánsan Matapos maisagawa ito, ay dadaganan ng̃ isang pabigat, at hahayaan sa ganitong katayuan sa loob ng̃ labinlima ó dalawangpung araw ayon sa kapal at laking tinataglay ng̃ mg̃a piraso, anopa't tuwi na'y bibilingbilingin upang magparého ang alat at pagkatapos ay hahanguin at ilalagay sa patuyuan.

Préparaciones de los jamones

Ang kaparaanang ingles ay siyang lalong bantog at pinakamahusay sa gawaing ito. Maglalagay sa isang tapayan ng̃ 224 gramong asin, 56 ng̃ nitro, 84 ng̃ *bayas de enebro*, 168 ng̃ asukal na kayumanggi, at 9 na decigramo ng *cochinilla*, paghahaluin at dito titigmakin ang mg̃a hita ng̃ baboy sa loob ng̃ labindalawa ó labingapat na araw; subali't tatakpang mahigpit ang lalagiyan upang huwag suming̃aw at pagkatapos ay patutuyuin.

CARNES

Solomillos de vaca con salsa

Pipili ng̃ malambut na laman ng̃ baka, pupukpukin maigi, pagkatapos ay mimitsahan; maglalagay sa isang pinggan ng̃ tinadtad din at sa ibabaw nito ilalagay ang lamang minitsahan matapos maasnan at saka bubusan ng̃ kaunting sabaw, tatakpan ng̃ papel na binasa ng̃ mantika at ilalagay sa loob ng̃ hurno. Kapag kinukuluan na ng̃ may 46 minuto ó isang oras, ayon sa kapal ng̃ niluluto, ay manakanakang babasain ng̃ katas na lumalabas; at kung lutu ng̃ maigi, ay patititiin at ilalagay sa isang bandehado, paliligiran ng̃ minantikaang papas ó ng̃ ibang sang kap na ibigin, gaya ng̃ sibuyas na hiniwang pabilog, at kasabay na idudulot ang salsa na kinakailañgan, nguni't di ibubuhos kundi ipauubaya sa kakain.

Callos á la catalana

Pagkabanling mabuti nğ bitukang malaki at maputi nğ baka, ay pagpuputulputulin nğ katatagang haba; pagkatapos ay maghihimay nğ dalawa ó tatlong sibuyas, hihiwain at igigisa sa mantika ó *aceite* kaya, lalagiyan nğ katiting na asin hanggang lumambot at mamula. Kung magawa ito, ay isasama ang mğa pinagputol na bituka, bubudburan nğ paminton, hahaluin, at kapag nagtataglay na nğ bahagiyang kulay ang nasa sa kawali, ay hahaluan nğ isang kutsarang *salsa de tomate* at kaunting sabaw bago hahayaang kuluan at hahanğuin.

Sotanju

Magbababad nğ sotanhon, na kapag malambut na ay pagpuputulputulin nğ katatagang haba; magpapatigas nğ baboy sa isang kawali matapos mahiwang maliliit, at kung lumabas na ang mantika nito, ay ilalagay sa isang tabi nğ nasabing kawali ang baboy, bago ihuhulog ang bawang at sibuyas. Kung ang sibuyas ay namumula nğ bahagiya at malambut na, ay isasama ang hinimay na mğa hipon pati nğ baboy na inilagay sa isang tabi nğ kawali at saka hahaluing mabuting mabuti. Kapag ang hipon ay lutu na ay isasama ang sutanhon, mğa minantikaang nauna na tokua, at saka sasabawan nğ pinagdikdikan nğ mğa ulo nğ hipon; hahayaang kuluang mabuti at titimplahan nğ kaunting asin at pamintang ligis bago hahanğuin.

Tortilla de carne

Magtatadtad nḡ malambot na laman nḡ baka ó baboy, kung ibig, maglalagay nḡ mantika sa kawali, maggigisa nḡ kamatis at sibuyas, pagkatapos ay ihahalo ang tinadtad, titimplahan nḡ kaunting asin at kapatak nḡ katas nḡ dayap; makaraan ang ilang sandali ay isasama ang mḡa hiniwang parisukat na papas hanggang lumambot na mabuti. Matapos maisagawa ang lahat nḡ nabanggit, ay hahanḡuin sa isang malinis na lalagiyan, at sa kawaling pinaghanḡuan, ay magpapakulo nḡ mantika, magbabati nḡ itlog magbubuhos nito sa kawali at saka ipaloloob dito at babalutin ang hinanḡong ginisa.

Pastel

Kukuha nḡ tatlong gatang na harena, isang itlog na kasama ang klaro at dalawang búrok, mamasahing maigi, at ilalagay sa ibabaw nḡ isang mesang malinis at gugulunḡang paninipisin nḡ isang hihip at saka huhugisan: gagawa naman nḡ bukod sa masa na tatlong gatang din na harena isang itlog na kasama ang klaro st isa naman nḡ burok, kaunting mantika, arnibal at kahustuhang tubig, at ito ang siyang gagawing pinakatakip nḡ nasabing pastel. Pagkatapos na maihanda at magawa ang nabanggit na masa ay magtatadtad nḡ karné nḡ baboy, titimplahan nḡ asin, suka, paminton, paminta, klabo, kanela at kominos na ligis, pagsasamahing mabuti bago igigisa sa mantika na may bawang at sibuyas na maliliit;

kung magawa na ang lahat ng̃ ito, ay hahang̃uin at saka palalamigin at ipaloloob sa minasa, ipapatong pagkatapos sa isang malapad na lata, tatakpan ng̃ isang papel at ipapasok sa hurno na katatagan ang init.

Patos

Pagkalinis ng̃ pato, ay palolooban ng̃ mg̃a hiniwang *nabos* at hamon na laman at taba ó kaya tocino, ilalagay sa isang palayok na may mantika, at *especias finas*, sibuyas, ilang buting paminta, kaunting tubig, ó *vino blanco* kaya kung ibig, at saka pakukuluin hanggang lumambot ang niluluto.

Menudillos de gallina en pepitoria

Lilinising mabuti ang mg̃a laman sa loob at pinaglabisan ng̃ mg̃a manok, gaya ng̃ palong, pakpak, balunbalunan, liig, atay, at ibp; maglalagay ng̃ mantika sa kawali, lalagiyan ng̃ kamatis at saka ihahalo ang mg̃a nasabing laman sa loob. Pagkatapos ma gisa ang nabanggit, ay magdidikdik ng̃ bawang, asin, paminta, perehil at kanela; isasama ang lahat na ito sa laman sa loob, at hahaluan ng̃ *salsa de avellana* at hahayaan sa apoy hanggang kuluan, at pagkatapos ay pipigaan ng̃ kaunting katas ng̃ dayap bago hahang̃uin sa isang lalagiyang bandehado at idudulot sa mesa.

Huevos en salsa

Magmamantikà ng̃ sibuyas, at kapag namumula na, ay hahaluan ng̃ harena; hahaluin at saka bubusan ng̃ alak, at kapag malaputlaput na ng̃ kaunti ay ilalagay ang mg̃a itlog na luto at pinagputolputol, titimplahan ng̃ asin at pamintang kinakailang̃an.

Huevos á la hostelera

Magbubuhos sa isang kasirola ng̃ ikaapat na bahagi ng̃ isang litrong *vino tinto*, at tubig; làlagiyan ng̃ isang taling gulay, isang sibuyas, ginisang bawang asin paminta at *especias;* hahayaang kuluan sa sampung minuto; hahang̃uin ang mg̃a sangkap bago ilalagay ang anim na itlog na sariwa na patongpatong at kapag lutu na ang nasabing mg̃a itlog ay hahang̃uin ng̃ isang sandok.

Pakukuluin ang sabaw na pinaghang̃uan hanggang lumapot na mabuti at bubusan ng̃ dalawampung gramong mantikà na hinaluan ng̃ harena at kapag malaput na at luto ng̃ maigi ay ibubuhos sa mg̃a hinang̃ong itlog na nasasalansan sa isang pinggan ng̃ maayos.

MG̃A KAPARAANAN SA PAGTITINGGAL

Pagtitinggal ng̃ mg̃a karne ó laman ng̃ hayop

Ang bantog na si M. Appert, ay nagtuturo ng̃ ganitong kaparaanan ng̃ pagtitinggal: Pagkatapos mamitsahan at mailuto ang mg̃a karné; ay ilululan sa isang kahang lata, kalakip ang salsa at sangkap, pagkatapos ay tatakpan ng̃ lapat na takip na lata rin at saka hihinang̃in at pakukuluan sa *baño de Maria* sa tagal na isang oras at kalahati kung sakali't maliit, ang lata, at kung malaki nama'y tatlong oras. Pagkaraan nito, ay hahanguin at saka itatago; anopa't kinakailangan na ang mga karneng titinggalin ay huwag tinadtad, sapagka't madaling malulusaw at di pakikinabangang matagal.

Pagtitinggal ng̃ sabaw, gatas at mantika

Pagkatapos maisilid sa isang boteng malinis at tuyo ang mg̃a nabanggit, ay tatakpang lapat na lapat ang bibig at saka pakukuluan sa *baño de Maria* sa loob ng̃ isang oras; anopa't iingatang mabuti ang pagpapakulo sapagka't kung di gayon ay mangyayaring magputok ang bote.

Pagtitingal ng̃ mg̃a bung̃a ng̃ kahoy na sariwa

Kukuha ng̃ isang tapayang pulot, at dito ilalagay ang mg̃a bung̃ang sariwa na ibig tinggalin, gaya ng̃ mangga, pakuan, mansanas at ibp.

Isang alemang nang̃ang̃alang M. Vann, ay nakatuklas ng̃ isang mabuting kaparaanan hinggil sa gawaing pagtitinggal ng̃ sariwang kamatis, at papa ganito ang nasabing paraan: Pipili ng̃ mg̃a hinog at sariwang kamatis, maglalagay sa isang praskong pagtitinggalan ng̃ mg̃a sumusunod: walong bahagi ng̃ tubig, isa ng̃ suka at asin at pagkatapos na mapaghalo ay dito ilalagay ang mg̃a kamatis at saka paiibabawan ng̃ *aceite de oliva*, upang sa ganitong paraan ay maitinggal ng̃ matagal na panahon ang mga kamatis. Ang praskong paglululanan ay kinakailang̃an ay yaong ang pinakabung̃ang̃a ay maluang

Pagtitinggal nğ mğa itlog

Si M. Vavin ay nakatuklas nğ isang mahusay na kaparaanan sa pagtitinggal nğ mğa sariwang itlog; Ilalagay ang mğa itlog sa isang kaha, babalutin ang bawa't isa nğ papel at kakalanğan upang huwag gumalaw sa loob nğ kahon, pagkatapos ay tatakpan at sa araw araw ay pagbilingbilinğin ang kahon, na sa ganitong paraa'ý ang mğa itlog ay di mabubugok sa loob nğ tatlo ó apat na buwan.

Pagtitinggal nğ itlog sa tagal na dalawang taon

Ipinagtatagubilin ni M. Burnouf ang sumusunod na paraan nğ pagtitinggal nğ itlog nğ manok: Paghahaluin nğ mainit ang daming dalawang bahagi nğ *aceite de oliva* at isa nğ pagkit na hilaw nğ pukiyutan pagkatapos ay papahiran sa pamamagitan nğ isang pinsel ang paligidligid nğ balat nğ nasabing itlog at saka itatago, na sa ganitong paraan ay mangyayaring maitinggal sa loob nğ dalawang taón.

WAKAS NĞ KARAGDAGAN.

Alituntunin ng̃ mg̃a nalalamán sa aklát na ito.

Kasaysayan *Pahina*

ILANG SALITÂ 3
Unang Pangkat.—Paraan ng̃ pagkilala ng̃ katayuan ng̃ mg̃a kakasangkapanin sa paglulutò kung sariwà ó bulók.—Lamán ng̃ baka . 7
Lamán ng̃ mg̃a may pakpak ó aves . . 8
Mg̃a isdà.—Mantikà, aceite, sukà at itlog . . 9
Mg̃a gulay 10
Ikalawang Pangkat.—Paraan ng̃ paghiwà pagputol at pagaalis ng̃ butó.—Rosbif . . 11
Balakang ng̃ baka 12
Balakang sa itaas ng̃ bulông baka—Balakang na ibabâ.—Dibdib ng̃ baka 13
Pigî at puwitan.—Ulo ng̃ bakang bulô.—Pagaalis ng̃ mg̃a butó ng̃ may pakpak . . 14
Ikatlong Pangkat.—Puré, salsa at ensalada.—Puré de lentejas 15
Salsa rubia con cebolla.—Salsa jerónina . . 16
Salsa á la mayonesa.—Salsa picante . . . 17
Salsa holandesa 18
Salsa de pan ó inglesa.—Salsa de tomate . 19
Salsa para el cocido.—Salsa de perehil para el cocido 20
Salsa de alcaparras.—Salsa agridulce . . . 21

Salsa española.—Salsa blanca ó velouté . . . 22
Ensalada de Rossini 23
Ensalada de lechugas.—Ensalada de pepino.—
Ikaapat na Pangkat. – Caldo, consommé at sopas.—Puchero (a) 24
Puchero á la francesa 25
Cocido parisién 26
Puchero (b) 27
Puchero guisado.—Consommé de ave á la crema . 28
Consommé de Maria Luisa.—Sopa de pan.—Sopa de cebolla 30
Sopa de patatas.—Sopa de espárragos.—Sopa de macarrones á la italiana 31
Sopa de fideos.—Sopa á la Condé 32
Sopa de pescado.–Sopa á la Juliana . . 33
Sopa de rabioles.—Arroz con almejas . . 34
Arroz con bacalao.–Arroz á la catalana.—Arroz á la valenciana (a) 35
Arroz á la valenciana (b) 36
Paella valenciana 37
Ikalimang Pangkat.—Carnes.—Buey cocido con salsa picante.—Cocido en perejil . . . 38
Ropa vieja de vaca (a).—Ropa vieja de vaca (b).—Ropa vieja con carne 39
Cocido en albondiguillas.—Cocido á la benedictina. 40
Cocido en blanco.—Cocido de color 41
Rosbif 42
Rosbif de carne de vaca.—Solomo de vaca asado . 43
Biftec con cebollas.—Biftec de carne de vaca . 44
Estofado.—Estofado de carne (a) 45
Estofado de carne (b).—Estofado de carne (c) . 46

Estofado de carne (d).—Estofado de carne (e).—
Estofado de carne (f). 47
Guisado de carne sin nombre.—Guisado de carne (a) 48
Guisado de carne (b).—Guisado de carne (c).—
Guisado de carne (d) 49
Guisado de carne (e).—Guisado de carne (f).—
Guisado de carne (g) 50
Guisado de carne (h).—Guisado de vaca (a).—
Guisado de vaca (b) 51
Pierna de carne mechada. Carne mechada . 52
Vaca á la moda —Carne en pebre.—Frese de vaca. 53
Encebollado de carne.—Vaca guisada.—Lonjas
de vaca jamón (a) 54
Lonjas de vaca y jamón (b) —Lonjas de carne
Carne con guisantes 55
Salmorejo.—Fricandó con carne.—Fricandó casero. 56
Agreseo.—Guisado de carne con patatas . . 57
Carne rellena (a) —Carne rellena (b) . . . 58
Guisado de carne con perejil.—Carne con chícharos.—Encebollodo con carne del cocido . 59
Chuletas de cerdo (a) —Chuletas de cerdo (b) . 60
Carne fiambre (a).—Carne fiambre (b).—Carne
fiambre (c) 61
Lengua estofada (a) 62
Lengua estofada (b) —Lengua estofada (c) . . 63
Pulpetas de carne Manitas de ternera en fricasé 64
Croquetas (a) —Croquetas (b) 65
Empanada de carne 66
Cabrito (a) Cabrito (b).—Cabrito (c) —Caldereta
de cabrito 67
Asadura de vaca —Conejo (a) —Conejo (b) . . 68
Conejo guisado.—Guisado de conejo —Conejo asado 69

Conejo á la Merengo —Liebre asada.—Guisado de liebre 70
Liebre guisada —Liebre (a).—Liebre (b) . . . 71
Guisado de cordero —Carnero asado —Gallina en puchero 72
Gallina con cebolla —Gallina rellena 73
Guisado de pollos y gallinas —Gallinas cocidas en el puchero.—Guisado de gallina . 74
Gallina estofada 75
Gallina dorada.—Guisado de gallina 76
Capon en escadrón.—Tortilla de riñones . . . 77
Higado de ternera en biftec.—Higado de ternera á la campesina.—Higados de gallina fritos.—Sesos á la mayonesa 78
Sesos en ensalada.—Pollo. Guisado de pollo —Pollos con tomates (a) 79
Pollos con tomates (b). Pichones (a).—Pichones (b). 80
Pichones (c) —Pichones a la catalana 81
Pichones á lo marqués.—Perdices estofadas . . 82
Pichones á la catalana.—Perdices á la americana 83
Perdices de regalo.—Pichones en salsa —Patos con nabos 84
Pavo estofado 85
Apretada 86
Guisado de carne con patatas.—Menudo . 87
Adobo.—Filete relleno.—Riñones con tomates . 88
Riñones en ajo de pollo.—Tortas de higados . 89
Cari (a) —Cari (b) 90
Tinola.—Carne asada.—Picadillo 91
Jamón cocido (a).—Jamón cocido (b).—Jamón asado 92
Salchichas.—Salchichas ordinarias 93
Salchichón.—Salchichón crudo á la italiana . 94

Salchichón de Lyon 95
Salchichón de Bolonia.—Salchichón de Vich . 96
Chorizos.—Chorizos de Extremadura . . 97
Morcillas —Morcillas de carne 98
Carne picada —Dinuguan.—Paksiw na baboy . 99
Sinigang na baboy. - Sinigang na baka.—Pesang manok ó karné . . 100
Pansit (a).—Pansit (b) . . . 101
Pansit (c).—Lumpia 102
Huevos fritos 103
Huevos revueltos —Huevos revueltos con jamón.— **Ikaapat na Pangkat.**—Pescados.—Pescados guisados 104
Pescado asado.—Escabeche de pescado (a) —Escabeche de pescado (b) 105
Pescado en tahuri —Salmones asados.—Albondigas de pescado 106
Pescado á la marinera.—Guisado de bacalao.—Bacalao á la mayonesa 107
Bacalao con tomates.—Pescado con salsa —Calamares á la mallorquina - . . 108
Adobo de calamares.—Jibia 109
Anguilas en aceite.—Anguila á la tártara . . 110
Anguila á la montañosa.—Torta de cangrejo.—Habichuelas 111
Chicharos (a).--Chicharos (b).--Berenjenas rellenas (a) 112
Berenjenas rellenas (b).—Gulay 113
Ikapitong Pangkat.—Reposteria y Pasteleria.—Paggawa ng̃ masa.—Pasta quebrada . . 114
Pasta quebrada fina.—Pasta quebrada dulce.—Flan de leche (a) 115
Flan de leche (b) 116

Flan de manzanas —Flan de naranja.—Flan de vino de Málaga.—Flan de café 117

Pudding de leche.—Pudding de manzanas . . 118

Pudding de almendras.—Pudding de chocolate.—Pudding de calabaza 119

Crema de pasteles.—Crema frita.—Crema á la milanesa 120

Crema.—Natilla —Merengues 121

Huevos moles —Dulce de limón.—Dulce de santol 122

Tocino del cielo.—Jalea de manzanas . . 123

Jalea de granadas —Jalea de guayaba.—Pastillas de limón 124

Mamones con mantequillado.—Mamon grande.—Tarteletos 125

Tarteletes de vainilla 126

Pan de Viena.—Pan de leche.—Timbal de patatas 127

Borrachuelos.—Bizcochos —Biscochos de fraile . 128

Buñuelos ó suspiros de monja.—Buñuelos de patatas.—Rosquillas (a) 129

Rosquillas (b).—Rosquillas finas.—Raspapalos . 130

Tortas finas.—Hojaldres de sebo 131

Empanadilla.—Rosquetes de chiclana.—Pastel casero.—Pastel caliente 132

Panecillo de patatas 133

Ikawalong Pangkat. Sorbetes y quesos.—Sorbetes de leche. Sorbetes mantecados.—Sorbetes de piña 134

Sorbetes de buko.—Queso á la chantilly.—Queso de flor de leche 135

Queso á la Borgoña.—Queso á la holandesa . 136

Ikasiyam na Pangkat.—Bebidas.—Clarete de regaliz.—Bebida lúpulo 137

Bebida de vid y maiz —Cerveza doméstica.—Cerveza llamada doble 138
Cerveza simple llamada cerveza casera . . . 140
Ikasampung Pangkat.—Kalinisan sa mañga pagkain 141
Mĝa tuntuning dapat maalaman nĝ isang naghahanda 142
Mĝa karapatang dapat taglayin nĝ sino mang panaohin 144
KARAGDAGAN.—Mĝa iba't ibang paraan nĝ paggawa nĝ hamon.—Jamones y espaldas de cerdo. 145
Jamones al estilo de Bayona.—Jamón de Westfalia. 146
Jamones al estilo de Maguncia 147
Preparaciones de los jamones.—CARNES —Solomillos de vaca con salsa 148
Callos á la catalana.—Sotanju . . . 149
Tortilla de carne.—Pastel 150
Patos.—Menudillos de gallina en pepitoria.—Huevos en salsa 151
Huevos á la hostelera.—MĜA KAPARAANAN NĜ PAGTITINGGAL.—Pagtitinggal nĝ mĝa karne ó laman nĝ hayop. 152
Pagtitinggal nĝ sabaw, gatas at mantikà.—Pagtitinggal nĝ mĝa bunĝa nĝ kahoy na sariwà. 153
Pagtitinggal nĝ mĝa itlog.—Pagtitinggal nĝ itlog sa tagal na dalawang taón. . . . 153

SARISARING AKLAT NA IPINAGBIBILI SA LIBRERIA AT PAPELERIA NI

J. MARTÍNEZ

34-36 P. Moraga, 108 P. Calderón y 253 Cabildo
Intramuros.--Teléfonos 5005 y 3283

Ang Buhay ni Dr José Rizal, sinulat ni H. Lopez awit	₱ 0.20
Ang Filibusterismo, karugtong ng̃ Noli Me Tángere. J. Rizal	1.00
Ang Tunay na Buhay ni P. Dr. José Burgos. (awit) H. Lopez	0.15
Ang Pilipinas sa loob ng̃ Isang daang taon, José Rizal	0.30
Bakit siya lumuluha, Novelang Tagalog katha ni Max. M. Garcia	0 30
Dating Pilipinas, sinulat ni Sof. Calderón	0 40
Diccionario Manual de Términos comunes Español-Tagalo, por Don Rosalio Serrano	2.00
Diccionario Tagalo Hispano, por Don Pedro Serrano Laktaw	7 00
Diccionario Ingles-Tagalo, por H. Lopez	0 50
Diccionario Ingles-Tagalo y Tagalo Ingles, por Charles Nigg con pasta	3.00
Diccionario Ingles-Español-Tagalog, por Sof. Calderon papel periódico	4 50
Diccionario Ingles-Español-Tagalog, por Sof Calderon papel satinado	6,50
Diccionario Español Bisaya y Bisaya-Español para las Provincias de Samar y Leyte, compuesto por el P. Antonio Sanchez de la Rosa	6.00
Diccionario Español-Tagalo por M. Paglinawan	3.00

Diccionario de la Lengua Castellana por la Real Academia Española	25.00
Diccionario completo de la Lengua Castellana por M. Rodriguez Navas	6 50
Diccionario General de la Lengua Castellana, por Velez de Aragon	6.50
Diccionario (Nuevo) Enciclopédico Ilustrado de la lengua castellana por M. Toro y Gómez	5.50
Diccionario Castellano Enciclopédico (Campano Ilustrado) por M. González de la Rosa	5.50
Diccionario (Nuevo) manual Ilustrado de la Lengua Castellana, por Saturnino Calleja:	
Edicion economica	4.50
Edicion corriente	6.50
Edicion de lujo	8.50
Dramang Tagalog na Pinamagatang "Tibag"	0.10
Dramang Tagalog na Pinamagatang "Ang Pagkabunyi"	0.10
El Filibusterismo por José Rizal 2 tomos	2.00
Gramática Hispano-Tagalo, Campomanes.	1.30
Isang Boda, salitâ ni Maestrang Banggi, sinulat ng̃ Pareng Esteban Daez,	0.12
Lucrecia Triciptino, Kasaysayang tunay na Nangyari, Dakilang Ulirán ng̃ mg̃a Babaye. P. H. Poblete	0.50
Malicling Casaysayan ng̃ Sarisaring Gamot na magagamit sa bahay ng̃ Maguinhawan ang mg̃a Mahihirap, sinulat ng̃ Pareng F. de Santa maria.	1.50
Madaling arao, novelang tagalog na isinulat ni I. Regalado	0.60
Mg̃a Sulat na Palasintahan, tinagalog ni E. Fernandez	0.40

Namucong Bulac lac sa Pinamulac lacan Novelang Tagalog, sinulat ni Justo San José	0.60
Noli Me Tangere, novela Filipina, por José Rizal, 2 Tomos	2.00
Noli Me Tangere, novelang tagalog sinulat ni Dr. José Rizal	1.30
Noli Me Tangere, novelang tagalog ni Gat. J. Rizal, isinadrama ni G. E. M. Gros at tinagalog ni Sof. Calderón	0.20
Pagsusulatan ng̃ Dalawang Binibini na si Urbana at ni Feliza, sinulat ng̃ Pareng Modesto de Cartro.	0.40
Panaguinip ng̃ Pag-ibig, comedia na may tatlong yugto	0.20
Panghawi ng̃ ulap nanakadidilim sa mg̃a «Protestante» sinulat ng̃ Pareng si Esteban Daez	0.13
Patnubay ng̃ Pag sinta, pantas na mg̃a Paraan at ng̃ Magtagumpay sa Pag ibig, sinulat ni P. H. Poblote	0.80
Pinaglahuan nobela F. Aguilar.	0.60
Sucesos de las Islas Filipinas por Morga	12.50
Tabla de Metros Cubicos, por R. Reyes	3.00
Tabla completa de reduccion de Kilos á Picos y Cates á Arrobas Libras y viceversa por B Ramirez	0.80
Tres Años en Alemania, Memorias de un Pensionado, por Agustin Murua y Valerdi	1.80
Tungkos ng Ala ala katipunan ng̃ mg̃a Tulâ ni P. Gatmaitan	0.40
Vocabulario Tagalo-Castellano, por D. E. Fernandez	0.40

Vocabulario Tagalog-Castellano Ingles con partes de Gramática y Frases usuales, por E Fernández y S. Calderón	0.80
Vocabulario Pilipino Inglés, por E. T. Dáluz	0.80
Vocabulario (Nuevo) ó Manual de conversaciones en Hispano Ilocano, por J. Gayacao	0.40
Vocabulario Iloco Español, trabajado por varios Religiosos del Orden de N. P. S. Agustin, coordinado por el P. Fr. Andrés Carro, aumentado y corregido	3.00
Vocabulario de la Lengua Pampanga en Romance, compuesto por el P. Fr. Diego Bergaño	4.00
Vocabulario de la Lengua Tagala, compuesto por varios Religiosos y coordinado por el P. Pedro Juan de Noceda y el P. Pedro de Sanlucar	5.00
Vido y Escritos del Dr. José Rizal, por W. E. Retana	7.50

Kaligtasan ng̃ mg̃a may sakit at mahihirap

Ang aklát na ito‘y kinalalamnan ng̃ mahahalagang bagay na mabisang gamót sa lahat ng̃ sakít na tumutubu sa katawan ng̃ tawo at maging sa hayop.

Ang aklát na ito‘y gawâ ng̃ lalong mg̃a marurunong na Doctores sa Alemania at Filipinas, upang ang mg̃a may sakit ng̃a‘y maligtas sa nang̃abibing̃it na mg̃a pang̃anib maging sa tawo at hayop.

At ang lalong mg̃a litaw na sakit na ginagamot ng̃ librong ito‘y ang mg̃a sumusunod: Tifus, Cólera, Ketong ó lepra, Sifilis, Bulutong, Galis, Ataque cerebral, Ataque de corazón, Sakít ng̃ dibdib, Tisis, Paglurâ ng̃ dugô, Hikà, Iti, Ng̃iki, Pamamanás, Pagka lumpo, Kabá ng̃ dibdib, Pang̃ang̃ayayat, Hing̃al, Masamang lakad ng̃ regla ng̃ mg̃a babaye, Paglabu ng̃ matá Pagihì ng̃ nanà ng̃ mg̃a lalaki, Sakít ng̃ baywang, Pagka bing̃i, Lahat ng̃ lagnat, Dî pang̃ang̃anak ng̃ babaye, Pagka dupok at sakit ng̃ ng̃ipin, Reuma at iba pang mg̃a sakít.

Ang aklát na ito‘y ipinagbibiling tang̃ì sa Librería ni *Juan Martínez* sa may Plaza Moraga at sa bahay ng̃ tunay na may ari at gayun din naman sa mg̃a taniyag na libreria; at ang bawa‘t ipagbili‘y may bilang na kinauukulan na natatalâ sa libro de Registro ng̃ may arì at may taglay na taták ang bawa‘t isa.

Arcadio C. Gingco.

Ang may aring tunay.

Herbosa Blg. 368, Tundó, Maynilà.

LECTURAS

Serie Moderna,—Libro Primero de Lectura	₱ .70
Serie Moderna,—Libro Segundo de Lectura	“ 1 00
Serie Moderna,—Libro Tercero de Lectura	“ 1.50
El Lector Moderno de Appleton Libro Primero	“ .50
El Lector Moderno de Appleton Libro N.º 1	“ .80
El Lector Moderno de Appleton Libro N.º 2	“ 1.00
El Lector Moderno de Appleton Libro N. 3	“ 1.40
Nuñez,—El Lector Americano Silabario	“ .40
Nuñez,—El Lector Americano Libro Primero	“ .60
Nuñez,—El Lector Americano Libro Segundo	“ .80
Nuñez,—El Lector Americano Libro Tercero	“ 1.00
Arnold,—La Cartilla de Arnold	“ 1.20
Arnold,—Libro Primero de Lectura	“ 1.20
Arnold,—Libro Segundo de Lectura	“ 1.30
Arnold,—Libro Tercero de Lectura	“ 1 50
Arnold,—Libro Cuarto de Lectura	“ 1.80
Dalman,—El Camarada, Completo	“ .80
Dalman,—Infancia	“ .80
Dalman,—Lecciones de Cosas	“ .80
Dalman,—Deberes	“ .80
Dalman,—El Primer Manuscrito	“ .80
Dalman,—El Segundo Manuscrito	“ 1.00
Cyr,—Libro Primero de Lectura	“ .90
Cyr,—Libro Segundo de Lectura	“ 1 20
Cyr,—Libro Primero de Lectura Español Inglés	“ 1.20
Juncos,—Los Primeros Pasos en Castellano	“ 1.20
Ramsey,—Lo Esencial del Lenguaje Castellano	“ 2.20

F. T. D.—Metodo de Lectura	₱	.60
F. T. D.,—El Angel de la Niñez	“	1.30
Bruño,—Tesoro de Conocimientos Utiles	“	1.50
Silabario ó Caton Cristiano	₱	.15 y .25
Sabatier,—El Amigo de los niños	“	.20 y .30
Rada y Delgado,—Abecedario de la Virtud	₱	.40
Sanjuan,—El Trovador de la Niñez	“	.40
Mantilla. Libro Primero de Lectura	“	.40
Mantilla.—Libro Segundo de Lectura	“	60
Mandevil.—Libro Primero de Lectura	“	.30
Mandevil,—Libro Segundo de Lectura	“	.30
Calleja,—Caton para los niños (Pens. Inf. 1.º)	“	.40
Calleja.—Lenguage de niños (Pens. Inf. 2.º)	“	.60
Calleja,—Deberes de los niños (Pens. Inf. 3.º)	“	80
Calleja,—Enciclopedia para niños (Pens. Inf. 4.º)	“	.90
Calleja,—Lectura de Versos y de Manuscritos (Pens. Inf. 5.º)	“	80
Calleja.—El Moderno Instructor Libro Primero	“	.40
Calleja.—El Moderno Instructor Libro Segundo	“	.70
Calleja,—El Moderno Instructor Libro Tercero	“	.80
Calleja,—El Moderno Instructor Libro Cuarto	“	.90
Calleja,—Tesoro de las Escuelas	“	.80
Nuevo Libro Segundo de Navarra	“	.40
Manual de la Infancia Tomo I	“	.70
Manual de la Infancia Tomo Completo	“	1.20
Paluzie,—Silabario Intuitivo	“	.30
Paluzie.—Guía del Artesano	“	.60
Paluzie,—Guía de la Mujer	“	.60
Bastinos.—Mosaico Literario Epistolar	“	.60